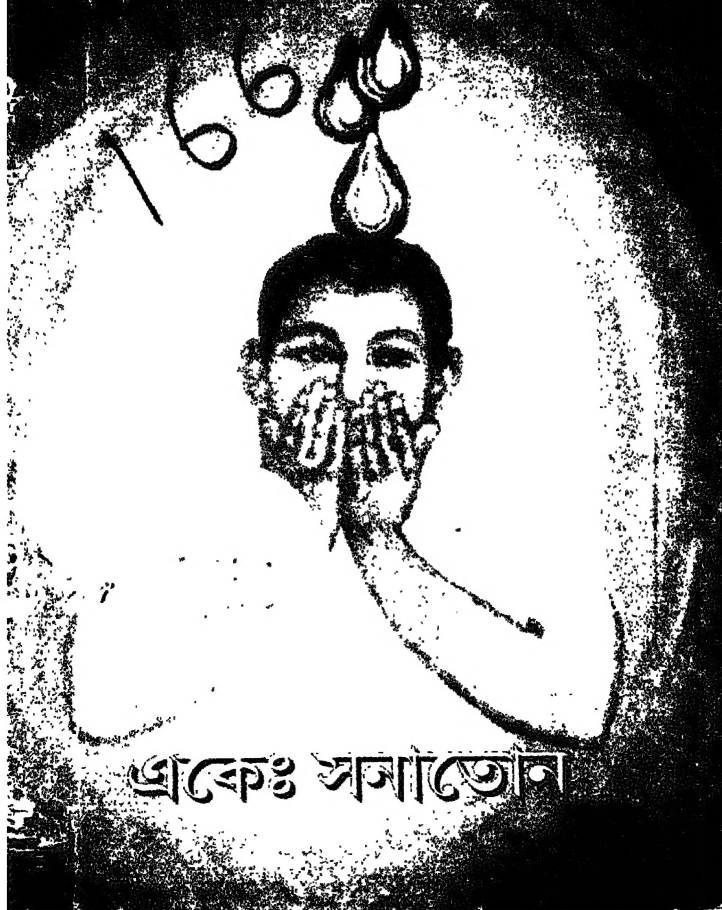


হক্কী দশিংনা লায়েংবা



একেঃ সমাজে

ହକୀ ଡିଶିଂନା ଜାୟେବା

ପଞ୍ଜାବୀ ଭାଷାରେ ଲେଖା

(AUTO URINE THERAPY)

ଅକୋଇଜମ ସନାତନ

অইবা :

অকৌজম সন্মেলন

শিঙমৈ বাংমা ক্ষেত্ৰ লৈকাই, ইম্ফাল ৭৯৫ ০০১

অহানবা ফোঙবা : মে, ১৯৮১ ইং, লাঠাবক মাসং ১০০০

অনীশুবা খুৎনম : জুন, ১৯৮১ ইং, লাঠাবক মাসং ১১০০

অহমশুবা খুৎনম : ফেব্ৰুৱাৰি, ২০০১ ইং, লাঠাবক মাসং ১১০০

হক পুস্তা আইবৰ্গানি

অহানবা অমসং অনীশুবা খুৎনম ফোঙবা : অইবা

অহমশুবা খুৎনম ফোঙবা : কেইচ বোমা দেবা

মখুমগা লাই • যাইপু পেন্টিং, শিঙমৈ চ'ঙা মথক ।

মখুমগা লাই অমুক যেকথোকাপবা : এ 'চ'এশুবা শৰ্মা ।

মমল : লুপা ৬০/

লাঠাবক নক্ষত্ৰ : এসং টিঃ প্ৰস্টাৰ্ণ গাভৰু বোড, ইম্ফাল

লাঠাবক মখুম নক্ষা : পদ্মা প্ৰস্টাৰ্ণ, পাউনা বজাৰ, ইম্ফাল ।

যাওফম তাকপা

- হক্কী ঈশিং শিজিল্লবকপগী লিখুন : ১
- মণিপুবদা হক্কী ঈশিং শিজিল্লবা হৌখবা, নোংপোকী অতৈ মংমাশংদা
হক্কী ঈশিং, নোংচুপলোমদা হক্কী ঈশিং ।
- হক্কী ঈশিংবু হক্কোয়বা অমদি য়ানংদবা : ৮
- অখঙ অইশিংগী বাবোল : ১০
- ইউঃ এসঃ এঃ গী সাইন্স একাদেমীনা পাখিবা পাউদম, হুপান্দা হক্কী
ঈশিংদগী লাইফ সেভিং দ্রুগ, চিনাদা হক্কী ঈশিংনা হীদাক শেম্বা,
মোবাবজী দেসংগী বাবোল
- অইলগী লংবনা লোয়েংবা : ৩০
- হক্কী ঈশিংগী মবমদা বিজ্ঞানগী ওউব পাওফম : ৭৮
- হক্কী ঈশিং শিজিল্লবগী নোয়ম : ৮১
- হক্কচাংদা হৌবা, হকপা, হক্কী ঈশিং হকপগী নোয়ম, থোমশা নোয়ম
চবা হেনবা লেপ্পগা চংবদবা নোয়ম, এনেমাগী নোয়ম, চবা হেল্লববা
মতুংদা অতৈ চাঞ্জাক্কা কান্নগদবা মতম, থি শদা চাঞ্জাক, হিগা হৌবা
অনা'বা কবিদগী পোক্রকই : ৬১
- হীদাক অমাদ ডাক্তবদগী লাপথোল লৈব : ৬৫
- হক্কী ঈশিং শিজিল্লবদা কান্নবা ফংগুবা মীওইশিংগী বাবোল : ১০
- পেবলাইসিস. যা চিকপা, মীং নুংঙাইতলা, যা নাবা, ব্লদ পেসব,
চাকখাওগী লায়না, হক্কী ঈশিংনা বাঃবা পিবা লায়নাশিং
- আমপ্তুঙনা কমদৌনা মশা লায়েংখিবা : ৮৭

মনাব মুট্টা : ১০৭

মখা তানা থিজিল্লুববা মতুংদা : ১২২

ডাক্তবশিংনা কবি হায়বি, হকচাং নাদা গেজুনা লৈন্নবা হকচাং শাজেল

অনাবা খবগী মতাংদা : ১৩৫

ম্বীংক' লায়না, নাকোংগী লায়না, নাতোন নুংঙাইতবা, যা ঈ
থোকপা, কোর্কচকপা, লুপৌ থাংবা, খুংহিং, নুংশং ঈ তাবা কিদনিদা
নুঙ লৈবা, পঙথবা, উবিং থুংবা, শক শোনবা পোপ্লা, শিংলি থুপ্লা,
থাং তেগ্না শেকপা, লোক থুংবা, ব্লদ প্রেসব, যৌনাও নাবা, ফীবাক
নাবা, চাকপা খোৎপা, ঈশিং পুকচংপ, অঙাংদা পিথকপা, অঙাং মশা
শাগংপা

চীজাক : ১৪৫

চা-চিনি, কোফি অমাদি মৈখু, থকপগী অমাংবা, ঈশিং, কোকা কোলা

অহমশুবা খুৎনমগী হাপাং

“হকী ঈশিংনা লামেংবা” লাইবিক অশিং অহানবা অমসুং অহানশুবা খুৎনমগী মথংশিংনা মে. ১৯৮১ অমাং জুন, ১৯৮১ দা পুথোকখবনি খুৎনম খনিমকী লাইবিকশিং, যাহৌত্তনব ইবৈবাক মচাশিংনা খুৎনৈ থুনা লৌশিনবীজবদদি। চহি অমমম শুম্বা পুম্লেয়া লেখথোবথে। অদুনা লাইবিক হাপাং পৰিণামে অমস, হকী ঈশিং শিজিনবগী মথমদ মচাশিংনা ইবৈবাক মচা কয়ান লাইবিক অশিং খুৎনবগী অহাবা কয়ান লৈনাব। লাইবিক অশিংনা অহমশুবা খুৎনমগী চহা শিং লাম্লেনা পুথোকলম্বা যাবনি, অদুগু তহুগু জেনেলিস্ট অমা ওহনা চহা পুথোক শিনফম অদুদা হবিশি লুপুনা লৈনকখনি অমদি অহে অশংকশাদা হৌচিনাবা মৈশক অমা হেক ওহিঅবদগী লাইবিক অশিংনা অমসুং ওহা ফোক্তনবা ওহা অদু পাক হেক লৌজবা শুমজখি। অদুগু, য়াহৌত্তনব হিঅম্মাংবাবা, ইবৈবাক মচা কয়ান, মথপ মপা কয়ান লাইবিকশিংনা কপি পাহুগী লঙতক্ৰবা কোজাখগা যাওনা ওহনা ফোক্তনবা লাইবিকবদগী লাইবিকশিং হৌবাংনা ওহিঅবাবাশিংনা নুংনাংবা খবদ ওহিববস কোক্তনব চপ যুংনা হেক খহুংবকপদগী খুৎনমগী পুথোকচকখিবনি।

খুৎনমসিদা “যেংব মচাশিং” মগাংজিঅবদা খহুং ইবাবা ডাক্তবশিংনা হকী ঈশিংগী মথমদ মচা ওহা হিজিঅবদগী খহুংলকপা অহৌবা কামববা মচাশিংগী হাবোলসু হাপচাবনি। অমদিঅহে সাতিকনা অহৌবা খহুং চাওখেলবক্ৰবা হৌজিকী মচেমসিদা ওহা ঈশিং শিজিনবগী বাক্স কপথোকপদা হেক খহুংজিঅবদি নোক্তনিংহি বাসু ওহিবকপ হোংনি। অদুগু, য়াহৌত্তনবগী পুজিনা অহৌবা যুগ লাকপসিদগী অহৌবা হৌদাব লাংথক, অহৌবা মৌজিন, অহৌবা গাডি, অমদি মহাও লৈবাব চৌজাব কয়ান পুথোকখনি পুজিনা চাউখহুংলম্বা মপোপ কয়দনা নুংহিবা খুৎনবক্ৰবস, অমসুং অশিংনা খহুংলবগা অমসুং পুজিনা মচেমদদি ওহা পাহুবকপা কয়ান অমা লৈনক্ৰ। অচম্মা হাপাব চাবা, অচম্মা হৌদাব চাবা, যাববদি মগাংমশিংনা পুথোকপা হৌদালা লাংথবা, মগাংজিঅবদা অচম্মা পুজিনা মচেমদদি নুংহাইনা হিঅবদু পামনবক্ৰে, হাবনি। অতঃ, অমসুং, ওহা ঈশিংনা য়াহৌ চহা শিজিনবগী নাদা য়েঙনা, পুজিনা পুজিনা লেজাবগী ওহে অফদবদ চৌজাবসি। ইবৈবাক মচাশিংনা লাইবিকবদগী হকী ঈশিং শিজিনবদ মচালা অদুগু হচহেচহে ওহিঅবদা য়াহৌবদা শিজিবকবা অদুগা পুথোকপা হেকচাওগী শবক অমদি শোকচহে

খোৎহন্দন তাকাখবা পীব অদুদি লৈত্রে । মসি শিজিন্নবদা কান্নবা খঙ্ত্রবা,
খুৎলোয়ন্তবা মীওই অমদদি মীগ্রংগুনা হীদাক নগ্রগা শিদা হীদাক অমগুন্না
লৌনবনি হায়নীংগে ।

লাইবিক অসিগী অহ্ম শুবা খুৎনম পুথোব্ববা হেৎনবদা যৌগৎপীখিবা
ইবৈবাক মচা স্বাই খিবিৰ্কা মফমদা পুম্মমক্কা হান্নীবকখিবা খৌনা অদুগীদমক শিংবা
ঙমলবোইদবা লমন তোনশিজ্জহৌবে খুদিংমক্কা পীবিবকখিবা খৌনা অদুমক
নৎলমদ্রগাদ লাইবিক অসিগী অহ্মশুবা খুৎনম অসি পুথোকপসু ঙমলমদবা
যাবিবনি ।

দিসেম্ব ১, ১০০০ ইং

অইবা

ৰামাং য়ানবা

সাইজ্জৰ্কা যুগ ওইবকপগী চা 'খৎপনা' মতোন লোমলক্কা মতম আসদা অনাবা
মখল স্যামক মাঙ্তন্নবা মীওইবগী হকচা'দা মখল মখাগী হীদাক অমদি খৎলায়
গাদুন মীওইবগী পুলি কামবা হোৎন'ববা হানফম আসদা হক্কা ঈশিংনা মনাত
কহন' নগ্রগা হক্কা ঈশিং শিজিন্নদনা নাদ' যেওনা লৈহন্নবগী' শয়ম কাংথোব্ববদা
ইবৈবক মচাশংনা পাক্কা হান্দদবা পাকপ সাওবোইদ ন' ।

অদুদাদ ওইববদা ইশানা হক্কা ঈশিং শিজিন্নবদা' কংলকপা অতৈ অমদি
মীওই কয়ামক্কা কান্নবা পীখিব, লোখননা পাবিবা অদুমক ইশাদ হোৎনা হেৎদনা
খাপ্তদগী চানবুং ওইনা ইবৈবাব মচাশিংদা পাওমবদদি অইবা লাইবিক ওইনা
পুথোক্কাগ' নিংশংজবনা হেন্না মশক শেংগনি নিংলবদগী লাইবিক অসি ইজ্জবনি ।

লাইবিক আসদা মণিপুৰ অমদি অতৈ মপ'নগী নৈবাক খবদা হক্কা ঈশিং
মবাং চ'না শিজিন্নবকপগী নবোল পুশিজ্জবগা ইবোইন' হক্কা ঈশিং কবন্না
শিজিন্নগ' হায়বগী ৰাবোল পীব । হক্কা ঈশিং শিজিন্নবগা চাগদবা চীজ্জাকী মতাংসু
লাইবিক আসদা নৈনবি ।

লাইবিক অসিনা হক্কা ঈশিংবু থাখনা শিজিন্নবক্কা লোখননা শিজিন্নগে
খল্লিবা মীওইশংদা খব খিৎ ফাওবা মতং ওইবকপা হায়বসিনা লাইবিক অসি
ইজ্জবগী পান্দমনি ।

ইশ্বাল তাং ১/৫/১৯৮১ ইং

অইবা

হকী ঈশিং শিজিন্নবগী লিখুন

মণিপুৰদা হকী ঈশিং শিজিন্নবগী হৌখিবা

মণিপুৰদা হকী ঈশিং শিজিন্নদুনা মৈতৈগী ইপা ইপুশিংনা মশাবু নাদ যেক্লেনা থম্বা, লায়না মখল কয়াদগী ওড়ুনা লাকপগী বাগ্ম লাকপদা মাস শিজিন্নবম্বসি ওঁস ওবাংতগী নঙে, চহী চা কয়াগী মমাংদগী, নিংশিংবা বাববা মতমদগী মৈতৈ অহল-লম্নশিংগী মবজা লাইব্রা মন্ত্ৰ হায়দোকপা য়েদে হায়বা মতাগুয়া লিংশাংশিংনা চংথবকই ।

চহী চা কয়াগী মমাংদগী মাইত ইপা ইপুশিংনা হকী ঈশিংবু শোফক্লেবা পুন্নি নংশিংনা লৈনবা ময়ল নাইদ্রবা ঈশিংনি, লৌনবমই । লাই ওইত্ৰবা তপা ঈপুশিংনা মশাদা অশোক অপন থোকপদা, মশা নুংঙাতিতলদা অপোম অতং লৌববপ, মাই মাই তগৎ তগৎ তেব্রা লৈনবা, হোৎনবদা অমদি অটৈ অনান কয়াদা হকী ঈশিং শিজিন্নবগী বাগ্ম লৈ ।

মৈতৈশিংগী মবজা হকী ঈশিং শিজিন্নবগী মতাংদা থাঙল্লবগা খঙবাদ কৰিগুয়া লম লাগু চংথোকপদা লাই তিন ওক্লেদনবা মাই মাইতা তৈবগা চংনবম্বা, অদুগা অমম অথেংদা লম্বী লমখাংদা অখং অবাক লৈববসু নত্ৰগা লাই ওক্লেদা হায়বগী অকীবা লৈববসু হকী ঈশিং লৌদুনা চায়থোক্লেগা ফুড হাওদি থেংনবা ফাওবা মযাং চম্বা হায়না খাজনৈ ।

মৈতৈশংসদ অফল পোং লাইব্রা তীনব' মীণ্ডোন্দা পংহায়
 হায়দোক্‌দবগুয়া হকী ঈশিং শিজিন্নবগী মতাংদসু ইকাই হক্‌সায়ব
 খাদোক্‌সু অসুম হংজিন্নবগা হায়দোকপা নত্তনা পংহায় হায়দোক্‌দে ।
 মদুব ত্‌হায়ফদনা হায়দোক্‌দকপদগীদি ইশা খাজদবা ব্রাফম অমনা
 অংনা খোম খক লাই চুববদি মাগী হকী ঈশিংদুগা মৈতৈ গুয়াগা
 থোংলগা পৌজবদ ফৈ ফাওব' হায়বকপা থেংনবে ।

হকী ঈশিং শিজিন্নব'স মৈতৈ অহল লমনশিংনা খুভা
 অলোনা মাগ পায়বগুয়া ম' ইখঙ খঙহমদে হায়বসগী মতাংদা
 'নংশিংনংঙাই ওহবদ ঐখায়না অঙাং ওঠিব'ঙ বাখলাদ লৈববা
 মতম অদুবতিগা ব্রানি, লৈকাইগ' চহী ৮০ হেল্লাবা হনুবা অমা
 লৈবমই । মতাক চহী মতাং অদুগা হায়ববদি মমায়দ খুইগদবা
 মতর্মনি অদুব মমায়দ চহী ৪০গী মতৈগুয়া নহা ম'গা শিং নাম
 লৈবা উহুইই । হনুবা অদু লৈখিদবা মতুংদা মথং মথং
 হংনকপদগী মতাক নুংতগী অযুক মাফ লাদ্রিঙৈদা হকী ঈশিংনা
 মাই মীং খাদোক্‌সুমী হায়বা খঙনহুইই ।

খুয়াই অসিগ' মাবোলশিংগা মবজা হকী ঈশিং মতাং ১৫না
 'শাদাগকপদগী বাফম অ'স বান' শিংবুল ওঠেন', নংগা লৈপুং ফম্বদা
 বা নুংঙাইনবা হৌদোকনবসুনি হায়বদু নত্তনা মতম মতমদুগী অই
 অ'শংনা তংগী মাবোলনা তেয়া তাজনবা পুমা ফাওবগী অচাবা
 মতাংদা ইদুনা মাপুম খাদিংমক্‌লা খঙবা নুংঙাইনব' মওংদা, অমাদি
 চংনদনবা থনস্মী । বাফম অসিগা মতাংদা থেংনববা পুয়াশিং খবদুদি :

খম-ওই য়াং ওই সেকনী :

পুয়া অসিদা মৈতৈ ইয়েঙা ইবস্বা হকী ঈশিং শিজিন্নবগী

বালোল খব' অদু মালেম যাইফশঙনা বজ্জালি ম'যেক্সা ঠবা ম'লোন্দ
হন্দোন্ধগা ফোঙই । বাবোলদি :

“থৌরায়, সিতপাও অ'ওংআ বজ্জাপব' ১০'৫৩ কন্দুন
লৈপনে ॥ থমপাল মকা, অম্মপা, অসংবা, অ'চিপ, হামবপা ন মকা
অম্মপতি মৈনে, অস'পাও নুংশানে, অ'চিপ' ন চ'শ' ॥ ন'শ' ৩
নুংশানে (নিংশানে) থেইনৌনে ঈশ'ওং ৫৩ ১ ২২ ২ ৩ ৪ ৫ ৬ ৭
ম'জী ২৩ ॥ পংনা ২'৩৩ ২' ৩' ৪' ৫' ৬' ৭' ৮' ৯' ১০'
অম্মসু হাযবে ঈনা থাচ'প' ৩নাই বাপু হাযবে ॥ ন'শ' ৩
ঈশ'ওং নুমিৎ ষ্টিওং হাফৌববপদা ২'চাও অম্ম ৫৩ ১ ”

অদুগা অ'চোঙ্গা “নোংলোন পথুপ নাচ'লোন পুয় ” দা
অসুম্মা পি'ব :

নোংলোন পথুপ নাচ'লোন পুয় ॥

“না'গী ঠকী ঈশ'ওং অযুক নুমিদ' নাচ'লোন অম্মদা হাক'দা
ওমলবা'দি ন'শ'ওংগা ঈশ'ওং শ'ন'দ'গা সিদেহে ॥ অ'স ২ ৩ ৪ ৫ ৬ ৭ ৮ ৯ ১০
ফাইলা লোহ'ল'গা ল'ক'পা ঈশ'ওং অদু থুবা'হ'গ ২ ৩ ৪ ৫ ৬ ৭ ৮ ৯ ১০
নাংথৌ ম'তান'গ ঈশ'ওং ॥ অ'ম্ম'দি শো কো'ও ১ ২ ৩ ৪ ৫ ৬ ৭ ৮ ৯ ১০

থরায় মহায়ে খ'ও ॥ নাংথোলবা'দি মহায়ে ম'থ'ক লাক'ল'দ
পোনগী থোংথিংলে হাযবা ২৩ ॥ মহাক লাক'ল'দ থি অ'ব'ব
লৈব হাযবা ২৩ ১ ২ ৩ ৪ ৫ ৬ ৭ ৮ ৯ ১০ ১১ ১২ ১৩ ১৪ ১৫ ১৬ ১৭ ১৮ ১৯ ২০
কোনা লাক'পা ঈশ'ওং অদু থক'পা ওমলবা'দি, লে অ'ম্ম'দ'ব অম্মদ
তেকখ'পা ওমগদবা'নি ২৩ ॥ ”

পুয়া অসি লুবাং নিংথৌ পুজিবনা ইবানি । অসুয়া মৈতৈশিংগী
 মবক্তা হক্কী ঈশিং শিঙ্গিল্লবগ থাজদনা থোযনা হেন্না কান্নবা পীবগী
 বাবোল পুযাদা ফাওবা ইউনা থনমালবা । মতাং অসিদা
 নিংশিংগদনদি চহী লিশিং কযাগী যমাংদগী মহৌশাগী ওইবা থোকথ
 থোক'খবা খুদমশিংনা, তংগী চহী কযাদা হৌনবী অমা ওইনা
 গংনাবা ইশাদা, মশাদা পল্লবা ঘৌদোক কযাদগী কুম অমদা
 মাং'ঈনা চাক তাংগানি পীশং চাওগানি শা ল'ন কনগনি হাযবনাচিংবা
 হাযদা পংশোয় শোযদবুয়া বিঙলগী মইহ লৈব্রিঙৈদগী হৌনা
 চাংবোল শুবোল, পথাং শুথাং কযা কযা লান্ন শিজিল্লবকপদগী
 শোযদে বঙলবা মওদা হক্কী ঈশিং অসি শিঙ্গিল্লবদা কান্নবে অমাংবা
 লৈত্রে হাযবমবগী বানি ।

হৌজাৰী মৌবোলাশংগী মবক্তা লমচং নাইদবগী মশি, বাহ্ন
 লৈবা, হকচাং অসিদু পাপকী লম্বাদ হেন্না শিঙ্গিল্লদুনা ঈন্দ্রবু ড়েগাব
 ড়েগাক্সা মমল যাওহন্দবা, মশাবু মশান' তুকচেনা খনবা মীশংগী
 মবক্তাদি হক্কী ঈশিং অসি হজ্জাৰানিঙায় এই । মতম অদুগী অহন
 লমর্নাশাদ, নাত নিয়ম বাযদনা মংপা, মা মশক খঙনা হকচাংগী
 মবমদা অতোপ্লা মইহ অমা ওমল্লববসু, মথোযনা হাযনৈ “এংগ
 পোকপা ইচাবু শোযদ্রা ।” হাযনা, অর্থ লৈবা ব্রাফমনি । ওয়
 তেনবদা হৌজিক্কীনা “ঐগী ইচানবু ফ বা হৌনদ্রা ।” হাযবনি ।

অদুনা হকচাংবু শেংনা লৌরবা মীতৈশিং অদুনা অদুঙৈদা মেদিকেল সাইন্স লৈট্রিঙৈদা হকী ঈশিংবু কান্নৈ হায়না পুথোকলমলিবসি । মসি চুন্না হায়রগদি ওসিগী ২০শুবা সকাব্দগী থা কাবা ওমদুনা রোবোৎনা থবক শুরবা মতম অসিদা মৈতৈশিংনা শিজিন্নরম্বা হকী ঈশিং অদুগী মগুন অদু অতৈ জপান অমদি চাইনাগুন্বা লৈবাকী অখঙ-অহৈশিংনসু থিদুনা লাইফ সেভিং ড্রগনচিংবা পুথোক্লিবনি ।

নোংপোকী অতৈ মফমশিংদা হকী ঈশিং

টিবটকী লামাশিংনা হকী ঈশিং নিংথিনা শিজিন্নরম্বা । মদুগী মইদি, মথোয়না চহি ১৫০ ফাওবা নত্রগা মদুদগী হেন্না পুন্সি নুংশাংনা লৈরম্বা । লামাশিং অসিনা হকী ঈশিং শিজিন্নৈ হায়বসি লৈখিদ্ৰবা শ্যার মোরিস ব্রীলসন্না শিংথাবম্বা । মহাক্সু হিমালয়গী স্বায়দগী ব্রাংলবা চিংদোল মাউস্ট এভবেস্তু কানবা খোংশানট্রিঙৈদা মহাক্সা মহাকী হকী ঈশিং থক্সম্বা । লোয়ননা মশাদা তৈদুনা নোইরম্বা । অসুম তৈদুনা মহাক্সা মশাবু অনাবা লাক্কদবদগী ঙাকথোকলম্বা । অমুক্সু থোইদোক হেন্দোক্সা অবাংবা চিং কারকপদা থেংনরিবা তমথিববা অইংবা নুংশিং. অদুদগী মশাবু ঙাকথোক্তুনা মশাগী মপাঙ্গল অমদি মথৌনা মাংহন্দনা থমলম্বা ।

নোংচপলোমদা হকী ঈশিং

নোংচপ লৈবাকশিংদা চহী কয়গী মমাংদা হকী ঈশিং শিজিন্নরকপগে হায়বগী মতাংদা থোইদোক হেন্দোকপা বারেল থিগৎলুদ্রবসু খুষ্টান ধর্ম চংপা মীওইশিংগী মরক্তা হকী ঈশিং

হকী ঈশিংনা লোয়েংবা

শিজিল্লবমগনি হাযবদা খৎতোকপা যাবোইদবা রাফম উই । মবমদি বাইবলদা ঈশিং অসি শিজিল্লবগী মওং খবা পীবন্না অসিনা বাইবল নৈনবা খুষ্টান ধর্ম চংপা মীওইশিংগী মবক্তা চহি কযাগী মমাংদা হকী ঈশিং শিজিল্লবমগনি থাজনৈ । রাফম অসিগী মতাং যৌবক্লবদা “বাইটব ওফ লাইফ” ইবা লৈখিদ্রবা দল্লিযু, জেঃ আর্মস্ট্রোঙনা বাইবল পাকবদা তাঙকক অমদা “দ্রিক্ ব্রাটব ওফ থিন ওন সিষ্টন” হাযবা ব্রাইট পবেং অমা থেংনখিবদু নিংশিংবা যাই । মসিদগী ঐথেযদা পীবিবদি নোংচুপলোমদসু হকী ঈশিং শিজিল্লবগী ব্রাখল অদু ঙাস ওবাংঙগী ওইনা লৈবন্না নন্তে, অসিনি । বাইবলগী অখল্লববা ব্রাবোল আশি পাকবদগী আর্মস্ট্রোঙনা মশাগী হকী ঈশিং অদু মশাদা তৈবা অমদি থকপা হৌবন্মী । মহাক্লা নমিৎ ৪৫ নি হকী ঈশিংগা ঈশিংতগা থক্তুনা চবা হেন্দোকপদগী মতুংদা মহাকী টিঃ বিঃ পুমকোক কোকখিবা, মশা নহা ওইথোবকাখিবা, লোয়ননা বাইবলগী বাবোল অদু অচুস্থান খঙখি ।

ইং কুমজা ১৬৮৫দা ফোঙখিবা “সোলোমোনস ইংলিস ফার্মজিসয়ান” কৈবা লাইবক অমদা হকী ঈশিংগা কাল্লবা পীবগী মতাংদা নৈনে । লাইবক অদুদা পীখিবা বাবোলাশংগী মনুংদা শল্লপ্পা খবা য়েংলুবা তাববদি “মীওইবা অমদি শা মণশংগী হকী ঈশিং অসি মবম কযামুক্তা কান্নৈ । হকী ঈশিং অসি ঈশিংগী মওংদা লাক্লবা ঈগী শক্ক অমনি । হকচাংগী ঈনা শিংলিশিং ফাওদুনা কিদনী যৌবকই । যৌবক্লবা মতুংদা মফম অদুদগী ঈশিংগী শক্ক ওইনা চংখিদুনা হকী ঈশিং ওল্লকই । অদুগা নুপী অমদি নুপাগী হকী ঈশিং অসি ফোংফোঙ শাবা মবমনা থকপদা থোইনা মাঙনিংঙাই ওইদ্রে, মসি থকচিনখিবা মতমদা ফিবাক্তা, থন্থোম্বীদা, চাকখাওদা, ঈশিংখাওদা, ফত্তবা

তুঙলম্বাশিং তেংথোকই । লোইন লোইননা লায়না কয়ামুক ফহনবা
 ওমই । অনৌবা ফোঙ ফোঙ শাবা হক্কী ঈশিংনা হকচাংদা তৈবা
 মতমদা উনশা অসি থোৎহল্লি অমদি কুচু শেংই ।”

অদুগা ফ্রেসতসু ১৮শুবা সেঞ্চুবি হৌগৎলকপদা যাগী ডাক্তর,
 মাইবশিংনা যাগী লায়না কয়ামুক হক্কী ঈশিং শিজিন্নদুনা লায়ংবদা
 লায়নাশিং অদু ফহনাখি ।

মথাক্তা শমলপ্পা নৈনথুবা অমদিগী চাওলাক্লা খঙলে, মদাদ হক্কী
 ঈশিং শিজিন্নবাস লৈবাক কয়াদা ওঁস ওঁলাংহক্কী নত্তনা চহী চা কয়া
 নত্তগা লিশি, কয়গী মমাংদগী হৌশু । অদুব মাইওইবনা চাওখৎ বকপা
 বিজ্ঞানগী পাস্তে শিজিন্নবা অসুম অসম হেংগৎলকপদগী অনৌ
 মনৌবা পোন্ডা হেন্না মাজনবকপা খুৎলাবনা হেন্না পোৎশক্লা হেন্না
 শিজিন্নবা নুংঙাউবা, অমদি মশাগী ওইবা ললবুদি চাওখৎতবনি
 খল্লবদগী লাপথোক্লবকপনা মবম ওইদুনা হক্কী ঈশিং শিজিন্নবাসসু
 লমলানবা অমগুম্বা থল্লবকপগী বাদনি । তেইবদি লায়না পল্লমক্লা
 তাল্লদুনা লৈববা চাওখৎলবা হক্কী মাইওইবা ঐথোয়দদি মমল খ্বাইদগী
 হোঙনা ফংলবা মপা লৈববা পোৎশক ওইববা হক্কী ঈশিং অসি
 লংনবা-যাবকত্রে ।

হক্কী ঈশিংবু হঙ্গোয়বা অমদি য়ানিংদব

হক্কী ঈশিংবু লায়েংবা হায়রকপা মতমদা মসিগী মগুন খংদ্রিবা মী অমনা ইবায লাযনা ইখন খম্বুহৌদনা, ওইরোইদৌবা বানি, মদু মযামগী মমাংদা পানবা ফাওবা ইকাইনিংঙাই ওইরবা হকচাংদা লৈহৌরিবা পোৎশকশিংদগী চুমথরক্লবা ফঙবা মহীনি, মসিনা করিবু তৌগদৌরিবনো হাযবা য়ান্নাথুবা অযাংবা পাওখুম অম পিরকপা শোয়দবনি ।

অমুক্সু মনমসু নমথিরবা য়াক্লবা মানা লৈরু তারুবা মফমদা ফাওবা নাপী শিংবী ফাওবদা খাঙবা ওমদদুনা পৎলবা ঈশিং অসিগী মতৌ অসি মপুং ওইনা উরুন্দা; য়েংলুরগা ইরৈবাক মচাশিংনা চাংচং ওইনা হঙ্গোয় অমদি য়ানিংদে, থোইদোক্সু মানা থোরক্লিবা মফম অদু করিগীদমক হঙ্গোয়বদগীনো খঙদে, ঈশিং অসিবু অমুক তোয়বা অমনা পোৎশক অমগুন্না থম্বীরি ।

হায়রিবা, লৌনরিবা, পুনবিবা হক্কী ঈশিংগী মপুং ওইবা মতৌ অসি মাবু মশক মুন্না খংদ্রিঙে, অদুগা মসিগী চপচাবা মগুনবু খঙজরুদ্রবা মীগী বানি হায়না লৌরকপদি শোয়রোই । হক্কী ঈশিংগী মগুন অসিবু মমুত তানা খঙলবা মীশক অমনদি হান্না য়ান্না য়ৈথৎপা

ৰাঙাং তাববসু মাৰু থাদোকপদি কদৌনুংদা ঙমদবগী ৰাদি লৈতে ।

ঈশ্বৰদেৱী ইহান হানবা হকী ঈশ্বৰদেৱী থৈদোক্ৰবা মৰৈদি
কবীগীদমজ্ঞা হকচাংসিদগী ফত্ৰে হায়না থোকপ্ৰবা মহী অদুনা কবল্লা
অফবা ওইগদৌবিবনো ? অসিনি । ৰাফম অসিনা থেনদুনা
লৈরকপা মতমদা খনগদৌবিবদি, কবিগুস্তা অমদগী ফত্ৰে হায়না
লংথোকপ্ৰবা, পোৎশক অমবু মদু শুকলৌ লৌখংপা যাদ্ৰে হায়বদি
লানগনি । ঐখোয়না লায়না উবদা, ফত্ৰে হায়বিবা শঙ্খি-শনয়ুং অমদি
উপালদগী কেৰল্লৰবা উনা-ৰানাবু খোমজিন্দুনা মমল নাইদ্রবা হাব
শেমদুনা চানা থক্ৰবা মৰৈ-মৰোং এঞ্চাং নাপী থাবদা হাপতুনা
পাশ্বীশিং অদু মপুং ফানা ফবা ঙল্লবা হোংনৈ । অয়ান্না মতমদা মসি
মায পাৰ্লবনি । মসিদগী ঐখোয়না চুয়া খংবা ঙল্লদি ফত্ৰে হায়দুনা
হনদোক্ৰবা পোৎশক কয়াদগী মমল নাইদ্রবা লল কযাসু ফংবা ঙমই ।

চহি ৬ তগী তাদনা তমলুৰগা সাৰ্টিফিকেট পাযববা
এলোপেথিক ডাক্তৰশিংনা নুংশিংমুক কুংনা লৈরবা মতমসিদা হকী
ঈশ্বৰদেৱী কাংলৈ হায়বসি যান্না নোক্ৰিংনা থোক্ৰনি । মরমদি লৈরিবা
ডাক্তৰশিংদা হংলুবগদি ৰাফম অসিদা নোক্ৰনি । মসি ঐখোয়না ফত্ৰবা
পোৎনি খনখিবা, অমনা হৌজিক ফাওবদা অসিগুস্তা হকচাংদগী
থোকপা ঈশ্বৰদেৱী মবমদা অপান্না অমগা লোয়ননা থিজিন
খোংচিনবসু হোংনবা তান-উবদগীনি ।

অমবু ওইববসু অমবু ওইববসু কান্নদ্রে হায়না হনদোক্ৰবা
পোৎশক অমদদি থিজিন হুমজিনল্লুবগা ওহোকা কান্নববা পোৎশকশিং
ফংই হায়বসিদি সাইন্তিষ্ট কয়ানা কাংখা থাঙ তাববা পোৎশকশিংদগী
অনৌবা অফবা কয়া লৌখংলক্ৰিবসিনা লাইনা খঙই । অদুনা ঐখোয়না
পোৎশক অমগী মগুন চপ চানা খঙদ্রিঙৈদা লান্না লৌবদি চুমদে ।

অখণ্ড-অহৈশিঙ্গী বারোল

হক্কী ঈশিংবু লাপথোক্লবগী মরম খরা অসিনা ঐখোয়
মীওইবগী মরজা নৈশিন্দুনা লৈরগসু, কিদনীগী মরমদা খঙহৈরবা
ডাক্তরশিঙ্গী বারোল লৌনিংবগী তঞ্জা অদু লাকপনা মায়কৈ
অসোমদা, হিরম অসিদা রাখল মপুং ফানা চিংশিনবদা কানগদবা
লৈবনা অমুক্তংদি মীংয়েংনা কোনশিনবা তাবনি । অদুনদি ঐখোয়না
হৌজিক য়েংনরিবা খরা লৈরিবসি নাহ্লেবুবা বোম্বেগী ফাওরবা
নেফ্রোলোজিষ্ট ডাক্তর অমগী বারোল নিংশিংবা য়াই । মহাক্সা হক্কী
ঈশিঙ্গী মরমদা অসুয়া হায় :

“হক্কী ঈশিং অসি মপুং ফানা চুমথোক্লগা থোরক্লবনি মশা
ফরিবা মীওই অমগী হক্কী ঈশিংদা মহিক-মতাং য়াওদ্রে মরম অদুনা
মসিদা মহাক্কীদমক খল্লুবা দরকাব লৈতে । করিগুম্বদা হক্কী ঈশিংদা
ফওবা মহীকুচিংবা য়াওরকপদি য়াই, মদুদি ঈশিং পুকচংপনা নারবা
মপান থোকপদা অপনবা লৈরবা মীওইশিংদা ওইগনি ।

মীওইবদগী থোরক্লিবা হক্কী ঈশিং অসিদা মমল নাইদ্রবা
পোৎশকশিং য়াওরি, মখোয়দু ফস্বীগুম্বা কান্নরবা ডাক্তনি । হক্কী
ঈশিংদা মীওইবগী নুপী-নুপাগী পুন্নি নুংশাংনবা মচল ওইরবা
পোৎশকশিং তিল্লি , মখোয়গী মনুংদা কেলসিয়ম, ফোসফেত অমদি
মেগনেসিয়ম্চিংবনি, মরু ওইনা অয়্যাস্বা মীগী কিদনিদা নুঙ লৈবা
ওমদে মরমদি হক্কী ঈশিংদা নুঙ কায়নবা, মাঙনবা পোৎলম য়াওরি ।”

ইউঃ এসঃ এঃগী সাইন্স একাদেমীনা পীথিবা পাওদম

অমদা অসুন্না হায় :

“হকী ঈশিংনা লায়েংবদা লাইবেন-সজীক (কেজব), ঈশিং খাওদা নুঙ লৈবা, কুচু তাইবা, শক শোনবা থম্মোইগী লায়না পুন্ম মক, ঈ চেনবা থিংবা, থবোশ্বী শোনবা, মহিক মতাংনা নাবকপা অমদি অঙাং পোকপা লেপুবগী ফাওবদা কান্নবা ফঙই ।”

অযাস্বনা হকী ঈশিং অসিবু কবিদা কান্নবিবনো খংদ্রবসু মমাংঙৈ পৃথিবীগী মফম কযাদা লৈবন্না মীওইশিংগী মবক্তা কযানা হকী ঈশিংবু থানবা যাদ্রবা ঈশিং অমনি হায়না লৌনবন্মী । মতুং অসুম শমথবক্তুনা হৌজিক্তি সাইন্টিসশিংনা, অফাওবা ডাক্তবশিংনা চাংয়েং কযা পায়খংলকপদগী খঙবা ঙমলে মদুদি ঈশিং অসি ওস্তোব্বা কান্নববা অমনি হায়বদু । অসিগুন্না হকী ঈশিং অসিগী মবমদা জাপান অমদি চিনাগুন্না লৈবাক্তদি মমুং তানা থিজিনবা ঙমত্রে । লোয়ননা মসিদগী হীদাক ফাওবা শুংদুনা পুথোকত্রে । ব্রাফম অসি কোলকতাদা ফোঙবা অমৃত বজাব প্রতিকাগী মেড, ১৯৭৯ ইংগী চেফোঙদা ফোঙবনি । চেফোং অসিদা ফোঙখিবা পাউ অদুদি :

“LIFE SAVING DRUG FROM URINE ”

"The Government of India is considering making available in hospitals " Urokinase , "a life saving drug , manufactured from Urine and used Effectively in the treatment of Blood Clot in brain, artery and other circulatory diseases

The Union Health Ministry has However not yet taken a decision in this regard. Urokinase, which is an enzyme, is currently being manufactured in Japan and its cost is prohibitive .

Urokinase injections are also manufactured but they are not commercially available in India. However, the Government permits individuals registered medical practitioners and medical institutions to import them. "

শীরিবা বারোল খর অসিদি ইরৈবাক মচাশিংনা খঙবীরিবা অদুনি মদুদি জপানদদি হকী ঈশিংদগী Urokinase কৌবা হীদাক অমা পুথোকপ্ত্রে মসিনা ব্রেইন, অমদি অতৈ শিংলিদি ঈ চেনবা থিংবগী অনাবশিং লায়েংবদা শিজিল্লবনি । মসি ইঞ্জেল্সন ওইনা কাপু বসু শারে, অদুবু ভারতদি যৌরক্তি । অদুম ওইনমক সরকারনা মেদিকেল প্রাক্টিসল্লরশিংদদি পুশিলকপা য়াহনপ্ত্রে হায়বনি ।

বারোল অসিদগী ঐখোয়না খঙলিবিদি ভারতা অসিগুম্বা মখলগী হীদাক অসি শাবগী গ্যানসু লৈত্রি, শানবসু হোৎনদ্রি অমদুবু মসিগী কান্নবদুদি য়ানিংলে ।

অদুগা জপানদা Urokinase পুথোকপ্ত্রবা মতুংদা অনীশুবা ওইনা চিনাদসু লৈবাক অসিনা হকী ঈশিংদগী Urokinase কৌবা হীদাক অসি পুথোকপ্ত্রে ।

চিনানা হীদাক অসি পুথোকখিবগী পাউ অদু দিল্লিদা ফোঙবা হিন্দুস্তান তাইমসনা তাং ৫/২/১৯৮৩ ইং চেফোঙদা শিংখাদুনা ইপ্ত্রে

বাবোল অদুদি :

CHINA STRIKES GOLD IN URINE

Honolulu (Hawaii) February 4, (PTI).

As of taking a leaf from Morarji Desai's Book, China has endorsed the therapeutic value from human Urine and is working on turning it into a multy million dollar industry

A Chinise queue up at public urinals on one of pharmaceutical plant, were a valuable enzyme called Urokinase is extracted from

According to report published in Beijing's only English Language News Paper "China Daily" Urokinase is an effective medicine for blocked arteries of the heart and brain

The report says that thousand persons excrete about one tone of Urine a day and Urokinase taken from this sells in the international market for equevalant of one Ounce of gold

In the past China had to import Urokinase, but all that changed thanks to the efforts of Li Mingxuan a 42 years old Engineer at Sanghai Bio-Chemical Plant

The Urokinase product made by Li's method, were rated "Excellent" in overseas market Last year these products earned for China One Million dollars

in foreign exchange.

মথকী ঝারোল অসিনা হায়রিবদি চিনাদসু হৌজিক্তি হকী ঈশিংদগী Urokinase শুংদুনা পুথোক্লে । হান্নদি লৈবাক অসিদা মীৰৈবাক্তগী লৌবা তারস্থনি । চিনাগী কোনং বৈজিংদা ফোঙবা অমত্তা ওইরবা ইংগ্ৰেজিগী নুংতিগী ফোঙবা পাওগী চেফোঙ “চিনা দেলি” না ফোঙবা পাওগী মতুং ইন্না হীদাক অসিন ব্ৰেইন অমদি থম্মোইদা য়ৌবা মরিশিংদা পন্দুনা লৈবদুগীদমক্তদি য়াম্মমক কান্নবা অমনি ।

অদুনা হীদাক অসি শেম্ববা শংহাই সহরগী লম্বী মতাইদা লৈবা মপানথোকফমশিংগী মখাদা তৌথরগা অচৌবা দ্রমশিং থমদুনা হকী ঈশিং লৌশিল্লে ।

অসিগুবা দ্রমশিং অসি থম্বদগী নোংমদা মী লিশিং অমদগী হকী ঈশিং তোন অমারোম ফঙই, লোয়ননা মসিদগী শুংদোকপা Urokinase অদু য়োহ্চোকপদা সনা তুলা অমগী মমলগা মান্নবা শেন্ফম ফংবা ওম্লে লোয়ননা হীদাক অসি মীৰৈবাক্তা থাদোক্তুনা য়োনবদগী চিনানা মমাঙগী চহিদা দোল্লর মিলিয়ন অমা (লুপা ক্ৰোর অমা) তানবা ওমলে অসিনি । হকী ঈশিংনা লায়েংবসি হৌজিক্তী খুনাই অসিদা চংনরিবা, ১) এলোপেথিক নোংচুপলোমগী লায়েং, ২) অয়ুরবেদ, ৩) হোমিও পেথি, অমদি , ৪) ইউনানি , মখল মরী অসিগী মতুংদা লৈবা ৫ শুবা মহৌশাগী পান্ধৈনা লায়েংবা (নেচর কিওর) গী শরুক অমনি হায়না লৌনবসু য়াই ।

মথক্তা নৈনস্তিবা মীওইবগী হকচাংদগী থোরকপা ঈশিং মসিনা করিগুস্তা ফত্তবা, (মশা ফবা মীগী) মহীক মতাং য়াওদ্রে, হায়বা

ফাওববা ডাক্তবশিংগী মত অসি য়েংলুবগা থাজবা অমদি মখাদা হক্কী
ঈশিংগী মবমদা নৈনবগা য়ায়া চেকশিন্না লায়না পুন্মক মখল অমত্তগী
ওইবা মসিগী লায়েং অদু চথবা যাবনি ।

এলোপেথিক অয়ুববেদিকনাচিংবগী লায়েংদা ফহনবা
ঙমখিদ্রবা অনাবা কয়া ইচম চল্লা হক্কী ঈশিং শিজিন্নদুনা লায়েংবদা
ফহনবা ঙুন্না কয়ামুক য়াওত্রে । হক্কী ঈশিং অসিনা ডাক্তব মাইবগী
হীদাক্তা হাদুনা লৈকবদা অশা লৈত্রবা অনাবনা অবোইবা ওইনা
শিজিন্নবকপদা অঙকপা ফংনা কানখিবা লৈত্রে । লায়েং অসিদা
হীদাক চংবগী কানবদি ফংলোই ।

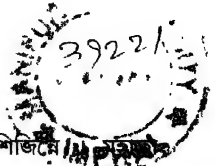
এলোপেথিকনাচিংবা মখলগী লায়েংদা হীদাক মখল কয়ামুক
থাদুনা মীওইবগী হকচাং অসিদা লানবুং ওইহল্লগা কপস্বাইদুনা চাংয়েং
তৌববা মতুংদা মদুগী ফল ওইনা হান্নগী অনাবা অদু নমশিনত্তগা
অনৌবা মখলগী অনাবা অমা ওইবকপা, হীদাক চামনবদগী মমৈথাদা
না যৈশিনবা মীং উবক্তবা, কোক চিকপা, ঙাওবকপা, পোন্না তংবা,
থম্মোইগী লায়না, অমদি ঈশিং মবিদা অপনবা লৈবগী লায়না কয়া
লাকপা মীওই য়ায়া থেংনবিবদু হক্কী ঈশিংনা লায়েংবদাদি মদু লৈবোই ।
কবিগুন্মদা অনাবদু ফহনবা ঙমদ্রবগসু সাইট ইফেক্ট লৈবোয় ।
মসিনি হক্কী ঈশিংনা কানবসু ।

মীয়ায়া হক্কী ঈশিংবু অমুকসু হেন্না হক্কোয়নবিবসি মনম
নমথিবা অদুনি, নমলিবা মনম অসি অদুক কাহেন্না থুক লাওনা নম্বাদি
নত্তে । মীওইবনা চাওখংলবা মতম অসিদা অনাবগী নত্তগা হকচাং
ফনবনি হায়দুনা শিজিন্নবিবা ডাক্তব ফার্মাসিগী হীদাক অমদি বিতামন কয়া

অসিগী মনুংদা শা-ঙাগী ফিরাক মশিংখানা চিংবদগী লৌরকপা হেক
 পায়খৎপদা থুক লাওবা য়াওই । মদুদি হীদাক্লি হায়রুবদগী চিংনদনা
 শুগৎলগা গর-গর থকচিল্লি । মদু হান্না থাজবা লৈখিদবগীদমক
 হক্কী ঈশিংবুদি নমথি হায়দুনা কাংখা থাঙগুন্না নিংশিংবীরুদ্ধে,
 হায়রিবা হিদাকশিং, বিতামিনশিং, অসিদগী হক্কী ঈশিংনা হেন্না মনম
 নমথিবা নন্তে । মাদি অসুম শিজিন্নরগা মহাও লৈবা হেল্লি মনম
 লৈরন্তে । মদুনা থোইনা হক্কোয়নিংঙাই লৈতবনি, অমরোমদা কিদনি
 ফেল ওইরক্লবা মী অমগী ঈশিং অদুবুদি ফত্তবা ওইরকপা য়ারবসু
 মশা ফরিবা মীওই অমগী হক্কী ঈশিং অদুবুদি মিত্রংগুন্না কান্নরবা
 হীদাকনি ।

ইংলঙগী মমিং চংলবা ডাক্তর টি, ব্রিলসন ডিকমেন, পি,
 এস, সি, এম, ডিনা চেফোঙ অমদা অসুন্না ইখি মদুদি, “হক্কী
 ঈশিংদা য়াওরিবা হকচাংগী মচি ওইরবা পোৎলমশিং অদু অনাবা
 খুদিংগী হকচাংগী ফীভম মতুং ইন্না মান্দে । হক্কী ঈশিং অসিনা
 হকচাংগী শরুক অমদা লৈথোকখিবা তেকখিবা অমদি পোকপদগী
 ফীভম শোয়রক্লবা নন্তনা অতৈ অনাবা পুন্মমজুদি স্বাইদগী ফরবা
 হীদাক্লি । হৌজিক্কী মতমদা হীদাক্কী মখলনা লিশিং কয়্যগী মথক্তা
 লৈরবসিদা ডাক্তরশিংনা অনাবগী অচাবা হীদাক থিবদা চমন্মবদু হক্কী
 ঈশিং শিজিন্নদুনা ঙাকথোকপা গুন্মী ।

সিরিন স্কোটনা মহাক্কী লাইরিক “ডাক্তর সি জি এস এন্ড
 হেলথ” হায়বদুদা ইংলঙগী হেরোগেট সহরদা লৈরস্বা লৈখিদ্রবা
 দল্লিযু ঐচ, বজ্জটর কৌবা মীশক অমনা হক্কী ঈশিংবু শিজিনরস্বগী
 মতাংদা শিংখাদুনা ইরি :



“বঙ্গটরনা মশাগী ঈশিং অসি চাং নাইনা শিজিমে। মহাক্কা ঈশিং
হকী ঈশিং শিজিম্বগী ব্বারেং কয়াসু ফোঙদোকস্তে । মহাক্কা ঈশিং
অসিবু ফী অমদা চোংহল্লগা থোমদুনা অমদি থক্তুনা শাখিববা মশাগী
লায়না লাইরেন-শজীক (কেসর) দগী কন্দুনা পুন্নি নুংশাংনা লৈবা
ঙমখি । মহাক্কা মশাগী অতৈ অনাবা কয়াদসু ইচম্ব চম্বা হকী ঈশিংগী
লায়েংনা ফহনবা ঙমখি । অদুগা মহাক্কা হকী ঈশিং অসি পৃথিবীদা
স্বাইদগী ফরবা মহীক হাংনবা হীদাক অমনি হায়না লৌই ।

বঙ্গটরনা নুংতিগী ওইনা হকী ঈশিং গ্লাস অথনবা অহম
থক্তুনা তুংদা লাক্দবা অনাবা কয়া চংহল্লমদে । মহাকী মতুং ইম্না
হকী ঈশিং অসি হকচাংদা মাঙহনবা মহী অমা নত্তে হায়বা খঙবগা
লোয়ননা হকচাংদা শোয়দনা কান্নরবা অমনি হায়না মুন্না খঙস্তে ।
মহাক্কা মহাকী মীত্তা হকী ঈশিং অসি হাপুনা মীৎকী পান্সল মাংদনা
লৈহল্লম্বী । মহাক্কা মীওই অতৈদা হকী ঈশিং অসিবু অশোকপা,
পোমখংপা, চিকপা খোংপগী তোমখিল ওইরবা হীদাক্তি হায়না তাক্তি ।”

মোরারজীগী ব্বারোল

ভারতকী প্রাইমমিনিস্তর ওইরম্বা শ্রীমোরারজী দেশায়না মশাগী
চহি ১০০ শুরবা ফাওব্দা কুচু কুমেং মাঙদনা নহা অমগুম্বা ব্বাখল
চোইদনা মশা খিংনা লৈরম্বসি হকী ঈশিং চাং নাইনা শিজিম্বদগীনি
হায়বসু মহাকী ব্বারোলদগী খঙবা ঙমখি । মোরারাজীনা মহাকী
“নেচর কিওর” কৌবা লাইরিজ্তা হায়, “মহৌশা কৌবী লাইরেম্বীনা
মীওইবগী হকচাংদা চংলকপা লায়না পৃম্মক লায়েংনবা পোৎশক অমা
মীওইবদা পীরি, মদু হকী ঈশিংনি । হকী ঈশিংগী কান্নব অসি ঐনা

কুমজা ১৯৫৭ ফাওবদি খঙলমদে অদুবু আর্মটোঙগী “ বাটর ওফ লাইফ” পারুবদগী শিজিন্নবদা খঙলে মদুদি যোগী খিংশিংনা চহি লিশিং কয়াদগী হকী ঈশিং শিজিন্নরম্মী, লোয়ননা অমুক মখা তানা থিজিল্লুবদা ফংবদি, হিন্দুশিংগী মরজ্ঞা ষণয়ুং অসি অশেংবা অমনি হায়না শিজিন্নবগা লোয়ননা শাস্ত্রন অসিবু ধর্মগী খৌরমশিংদা থকপা য়াই হায়না পীরম্মী । মসিনা চাকখাওগী লায়না ফহনবা ঙ্মী । ব্রাফম অসি পীবগা লোয়ননা শ্রীমোরারজীনা অমুকসু নোংলদুনা শম্খরিবদি, “ঐনা হকী ঈশিংনা ইশাবু লায়েংজৈ অমদি ঐগী পাওতাক মতুং ইল্লা অতৈ মীওই কয়াসু হকী ঈশিং শিজিন্নত্রে । টিঃ বিঃ কেম্বর অমদি ঈশিং পুকচৎকী লায়না কয়া হকী ঈশিংনা লায়েংবদা ফখিবা কয়া ঐনা উরে । অদুগা মীং নাবা, নাকোং নাবা, য়া অমদি উম্মাগী লায়নাশিংদসু মসি ঝাইদগী ফরবা হীদাক্রি ॥”

মহাক্লা মমৈ তাখরজুনা হায়রি “ঐনা খঙলে মদুদি শা-ষণশিং খরনা মখোয় মশাগী ঈশিং অদু থকই, লোয়ননা মমাংউদা অদুগা হৌজিকসু মমাশিংনা মচাগী চকখাও নুংঙাইতবদা মচাগী ঈশিং অদু পীথকই ” ।

হকী ঈশিংগী মতাংদা হংলকপা ব্রাহং অনীখকী মতাংদা মোরারজীনা খুমখি পাউখুম অদু তাবদা য়াল্লা নুংঙাইবা পোকই । পাওখুম অসি বোম্বোদা ফোঙবা থাগী চেফোঙ সোসাইটিগী পাওমী অমনা মোরারজীদা হংখিবা ব্রাহং অনীখকী পাওখুমনি । ব্রাহং পাউখুম অসি সোসাইটিগী সেপ্টেম্বর থা, ১৯৮০ গী চেফোঙদা ফোঙখিবনি চেফোঙ অসি সোসাইটিগী পাওমীনা হংখিবা অমদি মোরারজীনা খুমখিবদুগী পাওখুম অসুয়া পীরি । :

Question :

" The International press took great pleasure in playing up your theories on urine therapy"

Ans : They admitted that they were wrong later only when I was asked about it specifically, I've answered their question. If I had not; They would've said I am uncooperative, Have I made, any propaganda ? It all started when I wrote a preface for a book called "Manav Mootra" in 1959. A Communist M.P. raised a Question in Parliament, " Why is the Finance Minister writing about such dirty things?" I told him that I did not write it in my capacity as a Finance Minister, but as a private citizen. Had I lost my personal freedom because I'd become a Minister ?

Q. Does "Urine Therapy" really work ? Is there any real scientific support to your claim ?

Ans. I receive letters from people who've been cured with the Therapy. What research are you talking about ? Any amount of research has been done. Research also has become a myth. Do people know about the research behind English medicine, and what nauseating drug they take, you see the indis-

criminate way they take Vitamins, these are all prejudices. Several years ago, a man called Lawrence. Aramstrong, was suffering from T.B. One day he was reading the psalms from the bible. He found the passage, "drink from your own Cistern when you are in trouble". He wondered what it meant. And he saw in Veterinary Hospitals some animals given their own urine by his doctor friend Nature has provided its own cures. What happens to the Birds and Animals in the forest ? For 45 days, he consumed all the urine he passed. At the end of it, he was a youngman Then he wrote a book "Water of life "

মথকী ব্রাহ্মশিং অমদি পাউখুমশিংসিগী চাওবাকপদি

অন্তরজাতিগী পাউ চেশিংনা অদোম্মা হকী ঈশিংনা লায়েংবগী
মত পীবদুগী মতাংদা নুংঙাইবা ব্রা অমগী মওংদুম লৌবি ।

অদুগা অদোম্মা পীরিবা হকী ঈশিংনা লায়েংবগী মত অদু
থাংগেশেংনা কান্নবব অমদি মদুদা বিজ্ঞানগী মাইকৈদা শৌগৎপা লৈরব ?

“অন্তরজাতিগী প্রেসশিংনা মথোয়না লৌরিবা ব্রাখল অদু
মমৈদা লাল্লে হাযবা য়াংথে ।

পুল্লমক অসি ঐনা ১৯৫৯ দা “মনাব মত্ৰ” গী ব্রাহৌদোক অমা
ইরুবদগী লাকখিবনি । মতাং অদুদা কমুনিষ্ট এমঃ পীঃ অমনা করিগী

শেলখুমগী মস্ত্রীনা অসিগুস্তা অমোংনা ব্রাহ্ম অমা ইকুরিবনো হায়বা
ব্রাহ্ম অমা হংখিবনি ।

মতমদুদা ঐনা মস্ত্রী অমা ওইনা ইকুরা নস্তে মচিম প্রজা অমা
ওইনা ইকুবনি খুমখি ।

অনিগুবা ব্রাহ্মগী মতাংদা দেশায়না

মীওই কয়ানা লায়েং অসিগী অসিগী কান্নবা ফংলে হায়গী চিঠি
কয়া মঙোন্দা থুংলৈ । রিছার্স অসিদি পুরারী ওইনা লৌনবক্লে । মীচম
প্রজা অমনা হীদাক শেম্বগী থিজিল্লিবগী মতাংদু খঙলত্রা ?

অদুগা করন্না মখোয়না হক্সোয়নিংগাই ওইরবা হীদাক চারিব,
লোয়ননা মফম মরাং খঙদনা বিতামিন চারিবা, অসিগুস্তা খঙউদনা
অরানবা কয়া তৌবসিগী আর্মষ্ট্রোঙ কৌবা অমনা নুমিং ৪৫ নি হক্কী
ঈশিং থক্কুনা চরা হেন্দুনা লায়েংবদগী থোইনদুম নহা ওইথোবক্কুনা
মমৈদা “ব্রাটর অফ লাইফ” ইখিবদু ।

পাউখুম অসি তাবদগী সোসাইটিগী পাওমী অদু হক্কী ঈশিংগী
মরমদা মখা তাবা ব্রাহ্ম অমুক হংখিদ্বে ।

কোলকতাদা ফোঙবা চয়োলগী চেফোঙ “সেন্দ” গী ইডিটর
এমঃ জেঃ আকবরগা শ্রীমোরাজীগা উন্নদুনা বারী শান্নখিবা (ই
টবভিযু) অমগী অরোইবা ব্রাহ্ম অমদি পাউখুম অদুসু হক্কী ঈশিংগী
মতাংদা ওইখি । ব্রাহ্ম পাউখুম অসি “সেন্দ” গী কুমজা ১৯৮০ গী
দিসেম্বর ২১ দা পুথোকখিবা চেফোঙ অদুদা উৎস্রে ।

এমঃ জেঃ আকবরগা হকথেননা উন্নদুনা ইন্টরভিযু অমা

চৎথখিবদুগী ইরোয় লোয়বা, ইদিটর অসিগী ৰাহং অমদি
শ্ৰীমোরৰাজীগী পাউৰুমদি :

Q And you still do your Urine therapy ?

Ans : That I do. That is an a precuation every day; it stops all diseases, Infections, it has cured many people, Every day I receive a latter asking how to do it . But there is a general disgust about it in people's mind and it cannot be prescribed to any body who those not take to it willingly; it would not do any good.

মথক্কী অসিদি অসুন্ননি

“ হৌজিক ফাওবা অদোন্না হক্কী ঈশিংনা লায়েংবা লেপত্ৰিৱা ?

“মদু ঐ হৌজিক ফাওবা চৎথৰি । মসি শিজিল্লবসিনা নুংতিগী
লায়না কয়া চংলজ্জনবা চেকশিনবনি অমসুং লায়না কয়াবুসু লেপহল্লি ।
লায়েং অসিনা মীওই কয়াবু ফহনত্ৰে মরম অসিদগী নুংতিগী ওইনা
লায়েং অসি চৎথগদগে হায়দুনা হংবা চিঠি কয়া ফঙই । হক্কী ঈশিংবু
মীয়ামগী ওইনা য়েংনিংদবা অমা লৈ, মদুমক্কা কনাগুন্না মশানা
পামজদবা অমদদি কান্নবা ফংলোয়দবনা শিজিল্লনবা হায়ৰোই ।

হৰিয়ানাগী হান্নগী চিফ মিনিষ্টর ওইরন্না দেবিলালগী চহী ১৫
শুৱবা কোকপা ওমদ্রবা খুহিং (একষমা), (উল্লাগী লাইনা অমা)
হক্কী ঈশিংনা নুমিং ১৫ নিগী মনুংদা পুৱা ফহনবা ওম্বগী ৰাৱীসু

পাওচেশিংদা ফোঙনস্ত্রে । শ্রীদেবিলালগী খোঙদা মুনা খাল্লন্বা হাকচবদু
 লৈরকপনা মঠেখংদদি অরিবা ফবা গুমদুবা অমা ওইরকখি । মতম
 অসিদা দেবিলাল চিফ মিনিষ্টর ওইরি । মহাক্সা এলোপেথিক, হেমিও
 পেথিক অমদি আয়ুরবেদিকী খঙ-হৈরবা ডাক্তর অমদি মীওই কয়গী
 মতেংনা চহী ১৫ অসি য়েংলকপা ফবা গুমলমদে । তমখিরবা লায়না
 অসি ফহনখিবগী মতাংদা ইউঃ এনঃ আইঃ না পিখিবা পাও অমদা
 অসুয়া হয় :

“মতম অদু ভারতগী হোম মন্ট্রী শ্রীচরন সিংহনা মহাকপু হকী
 ঈশিংনা লায়ংবা তাহল্লম্মী ।”

“ঐনা য়ায়া য়ানিংদনা হায়রিবা লায়ং অসি চংথরম্মী । নুমিং
 ১৫ নিদা ঐনা নারিবা শরুক অদুদা হকী ঈশিং থোমলম্মী, মদুদা
 অঙকপা ফল অদু লাকখি ।”

বরোল অসি বোম্বোদা ফোঙখিবা “ওউতো ইউরিন থেরাপি”
 কৌবা থাগী মেগাজিন অমগী কুমজা ১৯৭৮ দিসেম্বর চেফোঙদা
 ফোঙপ্তবনি । মেগাজিন অসিদা হকী ঈশিংনা লায়ংবদা কাল্লরকপগী
 মরিক চুন্না পাও অদু তল্লদুনা মহাক্সা মখা তারক্কি মদুদি, ইয়াব ইন্দি
 দয়গী তেকনিকেল ওফিসার ওইরিবা শ্রীপিঃ এমঃ রাগ কৌবা ঈশিং
 পুকচংপনা মতম শাংনা নারক্সা অমা আশা পুন্মক মাঙপ্তবা তুংদা
 হকী ঈশিং থকপদগী ফখিবগী পাওদমসু পীরি । চেফোঙ অসিগী
 পাওমীগা উল্লদুনা শ্রী রাগনা মশাগী ঈশিং পুকচংপা ফখিবগী রাবী
 অদু মরিক চুন্না লিখি । রাবি অদু য়ায়া নুংঙাইবা মওংনি । পাওমী
 অদুগা উল্লখিবা অদুগী (ইন্টবডিয়ু তৌখিবা) রাবোল অদু টেপ লৌখি ।

লোয়ননা চেফোঙ অসিদা ফোঙত্রে ।

ইন্টরভিউ অদুদা মশাগী লায়না অদু করল্লা ফখিবগে হায়না
পাওমী অদুনা হংখিবা রাহংলিংগী পাওখুম শ্রীরাগনা অসুল্লা খুমখি ।

“ঐহাক ঈশিং পুকচৎপনা নাবদগী হকচাং অসি অসুম অসুম
শোজুরকতুনা থবক-ইঙ্খাং নোম্বা ওমলমদে । ঐগী থবকসি খুংকী
থবকনি । মদুগীসু মথক্তা ঐনা লৈরিবা থবকশুফম কা অদু দলান
মথোল মথক্তা লৈ । অদুনা ঐহাক লৈতনা মথক-মখা অকা-অকুম
তৌবা তারম্বী। অসুল্লা অকা-অকুম তৌবসিদা ঐ ওছোব্লা চোকথত্রে,
য়াল্লা বৌরাংই, অমদি থবক মখা চৎথবা ওমলমদে । ঐনা লৈরিবা
কা অদু মথোল অহম শুবদা ওইবনা মদুদা অকা-অকুম তৌদুনা
থবক শুকুরবা মতুংদা যুমদা হলকুরবা মতমদা নুপী অঙাংগা
রারীশাল্লিংলুবগী বাদি হায়রনু, ঐনা মতমদুদা পান্সদি হীপুনা পোথাবা
অসিতনি ।

ফিভম্ব অসিদা ঐনা ডাক্তর দেশায়দা চতুনা য়েঙথোকলুবদা
ঐগী ঈ য়েঙবদা খঙলে মদুদি, ঐ ঈশিং পুকচৎপনা নারে মদুগী
চাংদি ৭০% নি ।

মতুংদা ঐ থবক নিংখিনা তৌবা ওমলজ্জে । মসিনা ঐগী
পুলিদা হায়ফম খঙদবা অরাবা অমা পীরবনি । ঐগী আশা পুম্বল্লমক
মাঙত্রে । অদুবু ঐগী এলোপেথিককী লায়ং অমত্তা চৎথরমদে, মদু
চৎথদ্রিঙগী মমাংদা ঐনা ইশাগী হকী ঈশিং থক্তুনা লায়ংবা হেজা
হৌখি ।

ঐনা হকী ঈশিং থকপা হৌখিবসি ঐখোয়গী ওফিসতা থবক

তৌমিল্লবা মৰূপ অমগী মপানদগীনি । মহাক চহি ৫৭ ৰোম শুৰে ।
 অদুবু চহি অদুগা য়েংনৰূবদা নহা য়াল্লা ওইনা উই, লোয়ননা মশা
 থিঙুই । নোংমা মৰূপ অদুদা ঐনা হায়রম্মী, ঐসে হায় ব্লদ প্রেসর,
 ঈশিং পুকচৎপা অমদি অতৈ অনাবা কয়া লোয়নবে অদুনা শিবা
 মতমতবু ঙাইদুনা লৈরবনি ।

মতাং অসিদা মহাক্লা ইচম চল্লা হায়রক্লম্মী “ ঐনা নঙোন্দা
 অরোনবা অমা তাক্কে, নঙনা মসি শিজিল্লবা হৌরবদি নঙসু ঐগুন্না
 নহা ওইনা, নশা থিংনা লৈগনি । অদুনা মসিমদি হৌবা তাবে ।”
 ঐনা হায়থি “করিনো হৌগদৌরিবদো ?”

মহাক্লা হায় নঙনা থকপা হৌবা তাই । ঐনা হংথি, কবি
 থক্কেদৌবিবনো ? মহাক্লা হায়বমই “ নুপা নঙগী হক্কী ঈশিং অদু
 থক্কদবনি , নঙগী হক্কী ঈশিং ” মদু তাবদা ঐ পুমঙক ঙকথি , অদুবু
 থুনমক হক্কী ঈশিং থকলগে হায়না নিংথ্রে ।

অহানবা থকপা হৌবদা ঐনা মপান থোকফমদা চংলগা কনা
 উদা খঙদনা হক্কী ঈশিং থকপা হৌথি । মদুদা অঙকপদি ঐগী হক্কাং
 অসি নুংঙাইবা ফাওরকপা অদুনি ৰাফম অসি ঐনা ঐগী নুপীদা
 তমনুই । অদুবু মহাক্লা “ মদু ওইথোকতবনি, মদু জুগোং চাদবা
 হায়বদুনি, খুদজা তোকউ ” হায়বম্মী । অদুবু ঐদি মদু থাদোকলমদে ।
 নুপীনা ইতেং পাংবীদ্রবা ঐনা তোঙানবা গ্লাস অমা থল্লগা শিজিল্লবা
 লোয়রগা ইশানা ফেংদোক চামথোকচরমই । অসুল্লা চয়োল অমা
 চংথরকপদা ঐগী হক্কাং অসি অসুম অসুম ফগংলকলমই । অহানবা
 মতমদি ঐ থুনা-যাংনা চৎপা, চেনবা অমদি বসনা চিংবা তোংনবা

খোঙকাপ খরা যাংশিনবা ঙমলমদে । মতুংদা হৌজিক্তি ঐ পুংফ ফরে,
ঐ খুদিংমক তৌবা ঙমলে ।

অঙকপা থৌদোক অমনা ঐগী হকচাং ফগংলকপসিদা ঐগী
নুগীসু মতুংদা লম্বী অসি চেৎনা থাজরতুনা হকী ঈশিং শিজিন্নরকখি ।

ঐগী নুগীসি, থা অনী অহ্মগী মরক্তা ইতৎ তৎতন্না লাইহৌ
হৌদুনা নারমই, মদুদা এলোপেথিকী হীদাক্লা হেক হেক নমথরমই ।
অদুবু হৌজিক্তি হকী ঈশিং শিজিন্নবা মতম অসিদদি লাইহৌনচিংবা
পুমাং মাঙস্ত্রে । অদুনা ঐনা হৌজিক হায়গদৌববু ডক্তরদগী লাপ্পা
লৈগে হায়রবদি নুংতিগী হকী ঈশিং গ্লাস অমমম থকউ ; অসিনি ।”

ঐনা মতাং অসিদা পল্লিংবা অমনা ঐনা হকী ঈশিং শিজিন্নবা
চহী অনী হেল্লকপা মতমদা ঐগী চহি ৭০ (১৯৭৮দা) শুরবী ইমাদা
ঐঙোন্দা কান্নবগী রা তম্বদা ইমানা হায়রম্বী, মদুদি মীতৈ অহল-
লমনশিংনা হকী ঈশিং থক্লম্বী । মতুংদা মসি ঐন শিজিন্নরকপদগী
হকচাং কুচু শেংলকপা, হকচাং খিংলকপা অমদি অনৌবা পুন্নি অমগী
শক্তম লাকপগুন্না উরকপদগী ইমাসু হকী ঈশিং অসি অয়ুক অমদি
নুমিদাং তুমলমদাইদা খুজোক অম-অনিগী চাংদা থকপা হৌখি ।
মসিদগী অঙকপা ফংবদি ইমানা হান্না থংজিন শাওগৎলে হায়রম্বা চাবা
তুমলমদবা খোঙ হান্না য়ৈখৎপা লৈরম্বা ফখিবা অদুনি । লোয়ননা চহি
৩/৪ গী মমাংদা য়াপং অমা মচেৎ তাখিবদগী য়ারিদা, ভৌদা ওন
ওনদুনা পোমলম্বা মশক উরকত্রে । চহী ৩/৪ অসিদা মতম নাইনা
থরান থাগী অদুরাইদা য়া পোম্বা খজাইদা পোমখংলকপা তৎতন্না
হৌরকপদগী পেনিসিলিন ৩/৪ রক কাপতুনা হেক হেক নমথবদু হকী

ঈশিং থকপদগীদি হৌরকখিদ্ৰে । মশাসু হাম্মদগী খবদুম কনখৎপশুম
তৌরে ।

হৌজিক্তি ঐখোয়না হকী ঈশিংগী মরমদা লাম্বা ফংদ্রবা রাখল
লৈরস্বদু ফনা নিংথিনা কোক্লে হায়না লৌবা য়ারবনিনা অয়াস্বা
ঈরৈবাক মচাশিংনা কোক হেক চিকলকপদা এনাসিন অমা চাশিনবা,
হকচাংদা কবিনো অমা তৌবকপদা গামাসিদা চ্চুনা গুলি অমা হেত্তা
চাশিনদুনা অনাবা লাক্কদবা নত্রগা লাক্কবদা নমশিন্দুনা থস্বদু
তোকথোকতুনা হকী ঈশিং থকপা হৌবীরো হায়নীংঙ ।

হীদাকী মরমদা শাংনা নৈনকদ্রবসু খঙবা ওম্বদি হীদাক্কা
লায়েংবনা লায়না পুম্মক ফহনবা ওমদে হায়বদুনি । কনা-কনাগুম্বা
ডাক্তরদি মী অতোপ্পা নাবদা হীদাক পংখাদা থাববসু মশাগী ঈমুং-
মনুংদা অনা-অয়েক য়াওরকপদদি য়াবিবমথৈ হীদাক শিজিন্নদনবা
হোৎনৈ । অদুনদি হীদাকী মতাংদা মখোয়না য়ানিংদবা অমদি লৈ
হায়বা খঙবা তাবনি ।

হীদাকী মরমদা ওক্টোবর ১, ১৯১৮ দা ইংলন্ডগী কিংস
কলেজ ঐচঃ এমঃ স্কুলদা মেডিকেলগী ছাত্রশিংদা রা ওংবদা সাবজণ
জনেরেল সার ঝাটসন চেনি এমঃ পিঃ না হায়খি : Medicine is
not a exact science. A good deal of what
they were being taught was not true. When
they came to deal with life, they know so lit-
tle about the living that they could so little
about the living body that they could not be

dogmatic. They only laydown hypothesis which would hold for a day and then pass away and just as the teaching of seventy years ago sumed to them very curious and not very sound. So it would be exactly the same forty years have."

Published in "Times", October 2nd 1981)

মথকী বারোলশিং অদিগী খঙবা য়াবদি হীদাক অসি থাঙ্গেশেংবা সাইন্স নত্তে । হীদাক শেমলিবশিংনা হকচাংগী মরমদা পমখং খংলবা জ্ঞান অদু লৈতবনি । মথোয়না মীওইবগী হকচাংগী মরমদা খরতমক খংই । অদুনা ডাক্তবশিংনা পুমখং খঙবগী মওং শাদুনা নোমতং লানথোকখিনবা হীদাক অমা হেত্তা থাজিল্লোইদবনি ।

হীদাকী মতাংদা য়ান্না শাংনা হায়রুদ্রবসু নৈরুদ্রবসু অফাওবা হীদাক শেম্বা খরগী মত মতুং ইন্না অমদি ঐথোয় ইশাদ নত্তনা মরুপ মপাংশিংদা পানখিব খুদম অদুনা হীদাক্তা পুমথা থাজবসি চুম্ফম থোক্তে । মতাং অসি য়ৌরকপদা খঙগদবদি হকী ঈশিংনা লায়েংবদা হীদাক পুমথা থাদোকদবনি । নত্রবদি ফত্তবা ফল লাকপা য়াই ।

“ব্রাতব অফ লাইফ” ইবা জেঃ ডব্লিযুঃ আর্মষ্ট্রোঙনা মশাদা চাংয়েং তৌবদগী খঙবা ওম্বদি মীওইবগী হকী ঈশিং অসি চাখি থকখিবা পোংশক অদুগী মনম অমদি মহাও মযাক্কচিংবদু পুং ১২ নত্রগা ১৪গী মতুংদা মপান থোকপা মতমদা লাকই । অদুনদি হীদাক নত্রগা ফত্তবা চীঞ্জাক য়ুগুম্বা চাশিন থকশিল্লগা হকী ঈশিং শিজিমববদি অফবা মইে ফংবগী মহত্তা খুদোং থিরকপা য়াই । আর্মষ্ট্রোঙগী

বাবোল অসি থাংঈ শেংনা চুল্লবনি হাযনা লৌবা যাবাদ. ঐ
ইশান হকী ঈশিং শিজিল্লবদগীসু ঋওবদা ঐনা চাখি থকখিবা অখা-
অয়াক অদুগী মগুন অদু ঐনা হাযবিবা মতম অসিদা মপান
থোবকপদা লাকই । অখাবা পোং চাবা নত্রগা অথুস্বা চাদুনা য়েংবদা
পুং খরগী মতুংদা ঈশিং চংপদা অখাবা অদুগা অথুস্বগী শবক ওইনা
চংলকই ।

হক্কী ঈশিং শিজিন্নদুনা অইবগী লায়না লায়ংবা

লৌথুপ লৌকোয় লৈতনা লীবা তারবদা ঐ অসি অনাবা হায়রগা পোপ তুদুনা লৈবা অনাব অদুদি নত্রে । ঐগী লায়না অসি অয়ান্বা মীওইশিংগী মরক্তা করিগুম্বদা তৌনবা যাওবসু লৈবনা হেক হায়রুবা মতমদা মদুদি মী অতৈসু অদুম খর-খর লৈবনিনা হেক্তা হায়রকপা থেংনৈ । মরমদি ঐ অসি অঙাং ওইরিঙৈদগী যাং য়ান্না কংবসু নঙে য়ান্না নোই পেনবসু তৌরমদে । মীবোল খঙলকপদগীনা ক্লাস তেন ফাওবা তমলকপা মতমদা ময়ামগী মরক্তা শান্না খোৎনবা যাওরকপদা খোইনা শোৎখদনা লৈরকই । অদুবু এলঃ পিঃ দগী হায় স্কুল কারপা চাওরাক্লা ক্লাস থ্রিঙ্গীনা মপান মচিং মচিং থোকপা তোয়না তৌরম্মী । শান্না খোৎনবা হেক তৌরুবা মতুংদা মপান থোকপদা অঙাংবা মচুদা য়ান্না লিকনা থোকপদু তোয়শিল্লকই । নুংঙাইতবা মওং অসি লাকপগা ইরোয়ননা মেত্রিক থাকরকপা অদুরাইদদি খোঙ মচিং হান্সা, মহী লাংবা হান্সা, হকচাং শাগৎপা মপানথোকপা বেরা তৌবা, অহিং অমদা ৫/৬ মপান থোকপা থবক খরা কন্না শুরুরগা মপান থোকপদা নুংঙাইতবা মচু ওন্না চাজম মচু মানবা য়ান্না লিক্লা চংপা অদুগা মরক মরক অহিং মপান থোকপা মতমদা চেংহীগুম্বা লাকপা যাওই ।

মতম অসিদা ডাক্তর চতুনা তাল্লরুবা ঈশিং য়াফমদগী হীদাক থাই, মদু চাদুনা য়েংই মতম খরা ফৈ অমুক হেক্তা হৌরকই । অদুগী মতুং অসুম অসুম তাথরজুনা ইং কুমজা ১৯৭০ অদুরাইদগী হকচাং অসি ইনুং নুংঙাইতবা চোকথবা, শাগৎপা, অমাংবা য়ৈখৎপা,

বৌনাওদা নাবা, তিল য়োংপা ফাওবা নাবা, থজিন শাওগংপা, মীং
মাই ইরুম লুম্বা য়েংবা নুংঙাইতবা, শেনেমা নত্রগা বোল শানবা
য়েংবদা নুংঙাইতবা, মীং নুংঙাইতবা ময়ামসি লাকপনা ১৯৭৮
হৌগংলকপা অদু রাইসিদ হকচাং অসি করিনুংগীনো হায়বদু য়ৌরে ।
বৌনাও নাবগীদমক ফনবনি হায়দুনা ডাক্তরনা চাও হায়দুনা চাখিবা
ষ্ট্রেপসিন টেবলেত অদু কুম্বা গুম্বা শুরমগনি । অদুদগী চাবা তুমদবগী
দাইজিপ্লেক্স মরক মরক্তা শিজিনৈ ।

মরক অসিদা হকচাং অসি পংচোক্তা চোকথৈ, হকচাংনা ফনা
নুংঙাইত্রবসু ফাবমাসিগী গুলি, ডাক্তবগী গুলি অসি ঐ ইশানা কয়া
পামজদবগা পংচা চারমদে, তাঞ্জা অসিদা ঐনা খনবসি করি তৌরগা
হকচাং অসি নুংঙাইগদগে অসিতনি ।

মদুদগী নোংমদি পাউচে খরদা মোবারজী দেশায়না হকী ঈশিং
শিজিন্নদুনা, চহি ৮২ শুরবা ফাওবদা মশা ফনা থম্বগী পাউ ঐনা
থেংনকবদগী খঙনিংবা অমগা লোয়ননা থিজিল্লুবদা মৈতৈ গী অহন-
লমনশিং খরদা হংলুবদা হকী ঈশিং অসিনা য়ান্না কান্নবা হীদাক অমনি
শিজিন্নবা কাওরোইদবনি হায়রকখি ।

মদুদগী মথং মথং থিজিল্লুবদা বেম্বোদা ফোঙবা “ওউতো
ইউরিন থেরাপী” কৌবা থাগী চেফোঙ অমসু হেক থেঙনকবদগী ইং
কুমজা ১৯৭৮ হৌগংলকপদগী হকী ঈশিং শিজিন্নবা হৌরক্লে ।
অহানবদা অয়ুক চিন-য়া শেংদোক্লগা খুং হামদোক্লবা মতুংদা খুংজোক্ল
য়ারগা হকী ঈশিং যাউম ৩/৪ নুংতিগী থকপা হৌই । নুমিদাং চাক
চাবা লোয়রবা মতুং তুমলমদাইদসু যাউম ২/৩/ নুংতিগী থকপা ঐগী

হৈনবী ওইনা তৌরক্লে । অসুম হক্কী ঈশিং অসি শিজিন্নরকপনা চয়োল
 অমরোম ফারকপদা হকচাং অসি খর-খর নুংঙাইরকপগুম
 তৌরকলম্মী । থা ২ রোম ফারকপদদি হৌনাওদা নারন্বঅদুসু পুমাং
 মাংখিরমই । ইশাদা চাংয়েং হৌরকলিঙে চৈবক অসিদা হিরম অসিদা
 মখা তানা থিজিল্লুবদা অর্চবা জেঃ বিঃ গজ্জদিসকী “ওউতো যুরিন
 থেরাফি” জেঃ দল্লিউ আর্মষ্ট্রোঙগী “ব্রাতর অফ লাইফ” রাওজিতাই
 মনিভাই পাতেলগী “মানব মুত্র” অমদি মোরাজি দেসাইগী নেচর
 কিয়োর না চিংব লাইরিকশিং থেংনরুবদগী হক্কী ঈশিং শিজিল্লবগী
 অচেৎপা মপুং ওইবা রাখল ঐঙোন্দা লৈখি ।

থাজব অসিনা মাংওইনরগা অয়ুক অমসুং নুমিদাং
 তুমলমদাইদা থকপসি নুংতিগীওইনা চখরকপনা কুমজা ১৯৮০গী
 জুলাই ১৪ ফাওবা চখরকখি ।

ইং কুমজা ১৯৭৮ গী হৌগৎলকপগীনা ১৯৮০গী জুলাই ১৪
 ফাওবদা হক্কী ঈশিং শিজিন্নরকপসিনা ঐঙোন্দা মীত্রংগুয়া কান্নবা
 ফংলকপদা অঙকপা পোকখি ।

চহী শাংনা ঈশিং বেরা লৈরস্বা শাগৎপা, চাবা তুমদবা,
 খোঙ মহী লাঙবা হাস্বা ফখিরম্মী । নুংতিগী মীত্তা হাপুনা মীং
 চামথোকপদগী মিৎ নুংঙাইতবা য়েংবা বারস্বা পুস্বা থুনা ফগৎলমই ।

ঐঙোন্দা য়ান্না হেক নুংঙাইত্রিবসি কালেন থা চংলকপসিদনি ।
 কালেন থা যৌরকপদা শাগৎপা মপান থোকপা য়াগনদবা অহিং মপান
 থোকপদা ঈদৌনা ওংবা য়ান্না লিক্রা চৎপা ঈশিং থোং শাবা পুক
 নুংঙাইতবা মীং মায় ইশাদা শাদুনা লৈবা খোঙ হাস্বা চাং নাইদবা

কয়ামরুনা ঐণ্ডোন্দা নাবসিদা ঐণ্ডোন্দা খাংবা য়ান্না রাখি । কালেন য়ৌরক্কনি খনবদা কগ্নিংই । মতম অসিদা অলু চারুবা য়াদে । হেক চারুবগা অহিং মপান থোকপদা অলু মহীগুন্না অঙৌবা অনংবা মহী ঈশিং চংলি, হকচাং নুংঙাইতে । অসুন্না চহি কয়ামরুম হকচাংদা য়েতুনা লৈরন্না অনাবা মখল কয়্যাসি চহী ২ থা ৬ রোম নোংমদা হক্কী ঈশিং ২ দগী ৩ লক ফাওবা থকপতনা কোকহল্লকপদা ঐ অনৌবা মপোক অমদা লাকপগুম নুংঙাইজখি । হান্নদগী কালেন লাক্তনবা লাই খুরুমলম্বদু হৌজিক্তি কালেন কয়া লানস্ত্রে । হকচাংদা নুংঙায়তবা অমা ফাওবা লাকখিদ্দে । হৌজিক্তি কালেন কয়া লাক্কবসু কিবগী রা লৈত্রে ।

থাজবগা লোয়ননা মমল নাইদবা ঈশিংসি থল্লকপনা কুমজা ১৯৮০ গী জুলাই ১০ অদুরাইদগী চহী অনী অসিদা মাঙস্ত্রবা শাগংপা অমনা হকচাং অসি নুংঙাইতবা ফাওরক্কমই । য়ান্না তোয়না নপ-তিন তাবা মীং শাগংপা অমা লাকই । মতম অসিদগী ঐনা হক্কী ঈশিং থক্তুনা চরা অমুক্তং হেল্লগা নিংবদু পাংথোক্কবা তাঞ্জা অমা লাকখিবসু, হন্দক্কী হক্কী ঈশিংগা ঈশিংগতা নুমিৎ খরনি চরা অমুক্তং হেনগে নিংবদু পাংথোক্কবা তাঞ্জা অমা লাকখিবসু । হন্দক্কী হক্কী ঈশিংগা ঈশিংগতা নুমিৎ খরনি চরা অমুক্তং হেনগে নিংবগা জুলাই ১৫ দগী কবিগুন্না অমস্ত্রা চাদনা হক্কী ঈশিংগতা থক্তুনা নুমিৎ ১১নি চরা হেল্লি । চরা হৈল্লিঙেসিদা নুংতিগী হক্কী ঈশিং অরিবা (নুমিৎ ৭ শুরবা) লুম্বু লুম্বু শাবা ঈশিংগা এনেমা অনীবক তৌই । চবা হেলকপা নুমিৎ ২/৩ নি শুরকপদ য়ান্না ওনিংদুনা ওথোকপদা চকখাওদগী অশিনবা ফত্তবা মচু ওল্লবা মহী মনাই পেলা তংখায় খবা

হেল্প ওথোকই ।

নুমিৎ ৪ নিদগীনা ৮ নি ফাওবদা য়ান্না নমথিরবা, য়াইঙং অরিবগী মহীগুন্না তোয়না তোয়না মাংলকখি । মতুং নুমিৎতগীদি অমুক্তা মাঙখিদিবা নপতোংগুন্না মাংবা হৌরকই । অদুদগী হঙ্গাম মপান মচু হায়ফেং মানবা খরা লৈশিল্লবা প্লাস্তিক মানবা তিস্নোং অচপ্পাগুন্না, শাংবনা ফুট অনী মখায়রোম শাংবা, মরি খোঙ হান্সদা য়াওবমই । মসি নুমিৎ ৫/৬ নি য়াওবনি, মতুংদগী লোক অরিবা ঠৌরুনবা মরী মরী শমনবা কাপ অমা য়ৌনা শাংবা আগষ্ট ১৫ ফাওবা খোঙ হান্সদা য়াওরকই । খোঙহান্সদা অসিগুন্নসি য়াওবকপদা চিংনবদগী খোংমন্দা লৈবা ডাঃ সিঃ ঐচঃ মংলেম এমঃ ডিঃ তান্নরুবদা খোঙ হান্সদা য়াওরকখিবা হঙ্গাম মপান মচু মানবা অচপ্পা অদু ফুট অনী খরা হেন্না শাঙবদু, মহাক্লা তেপবার্ম ওইরমগনি হায়রকখি, ডাক্তরদা ঐনা তন্সদা য়াওরকখিবশিংদু খরনা কায় কায়দুনা অদুগা অয়াপ্ননা তৎ-তৎতনা তারক্রে, হায়বদা করি হীদাক চায় হায়না মহাক্লা হংলকখি । মদুদা ঐনা হক্কী ঈশিং থকই খুমখি । মনানা হংলকখি; কনানা থকউ হায়রিবা ? ঐনা খুমখি “ঐদি মসি শিজিনবা চহী ২ খরা হেল্পে” মতাং অদুদা ডাক্তরনা মদুদি অমাংবা অমুক্তং য়েংথোকসি হায়বদগী হোসপিতালদা অমাংবা অনীরক তেস্ত তৌবদা তিল য়াওই হায়বা থেংনদ্রে । মতাং অসিদা ডাক্তর খরা গুপপগুমখি । ঐঙোন্দা হংখি “ হায়রিবা পোং অদুবু মাংবদা য়াওখিব্রানে ” ঐনা খুমখি “ য়াওখি” ফুট অনী মখায়রোম শাংই “ মদুদা মহাক্লা অঙকপা অমা থোকপগুম তৌখি । অদুবু ঐনা খনবদি তিল ওইরবসু হক্কী ঈশিংনা হাংব্রবনি হায়না । মতৌ অসুন্না জুলাই তাং ১৫ দগী

২৫ ফাওবা হকী ঈশিংতগা ঈশিংগা থকুনা চবা হেন্দোকপা অদুদগী
 আগষ্ট তাং ১৫ ফাওবা নুমিং ২০ মহী মনাই অমদি চম্ফুং লোয়ননা
 হকী ঈশিং থকুনা লেনখিবদগী হৌজিক হকচাং অসি অনৌবা মপোক
 অমা পোকপগুন্না নুংঙাইবে । মহৌশা হকচাং আসদা যেৎলম্বাশংদু
 খল্লুবগা নিংশিংলি মতম অমদা ঐ অসি ওহোকপা মওং অমদা যাম্বা
 বানা লেল্লম্বাদা হাযনা ।

চাবা হেনখিবগী নিয়ম

জুলা তাং ১৫, ইং ১৯৮০

অযুক পুং ৬, হকী ঈশিং গ্লাস অমা থকই ।

অযুক পুং ৮, দগী ১১ ফাওবা ঈশিং গ্লাস অমা (অবোনবা)
 মচিং মচিং থকই ।

নুংথিল পুং ১ দা হকী ঈশিং গ্লাস তজ্জায় অমা থকই ,
 নুমিদাং পুং ৬ তা হকী ঈশিং গ্লাস অমা. নুমিদাং পুং ৮ দা ঈশিং
 গ্লাস ফানিংচিং অমা ।

অসুম্বা চৎথবকপসি জুলাই তাং ১৫ ফাওবনি, জুলাই তাং ২৬
 ওগী চবা হেনবা তোকপা নুমিদাংসিদা মহী মনাই শিজিল্লবা হৌই ।
 নুমিং অসিগী অযুক পুং ৬, কিসমিস মহী গ্লাস তজ্জায় অমা থকই ।

অযুক পুং ৮ ঈশিং গ্লাস তজ্জায় অমা.

অযুক পুং ১২ হকী ঈশিং গ্লাস তজ্জায় অমা ।

নুংথিল পুং ২ হর্রাই মুগ (অফুংপা) গ্লাস অমা

নুংথিল পুং ৫ শঙ্গোম অফম্বা গ্লাস অমা

মথকী নিয়ম অসি জুলাই তাং ২৬ তগী ৩০ ফাওবনি ।

জুলাই তাং ৩১

অযুক পুং ৬ হকী ঈশিং গ্লাস তঙ্খায় অমা

অযুক পুং ১০ ঈশিং গ্লাস তংখায় অমা,

অযুক পুং ১২ শঙ্গোম অফন্না মহী গ্লাস অমা,

নুংখিল পুং ২ মুগ মহী গ্লাস তংখায় অমা

মথকী নিয়ম অসি জুলাই তাং ৩১দগী আগষ্ট তাং ৫ ফাওবনি ।

আগষ্ট তাং ৬ তগী ১৪ ফাওবা :

অযুক পুং ৬ হকী ঈশিং গ্লাস তঙ্খায় অমা ।

অযুক পুং ৮ কিস মিস গ্লাস তংখায় অমা,

অযুক পুং ১০ গ্লাস তংখায় খবা হেনবা অমা

অযুক পুং ১২ শঙ্গোম অফন্না মহী গ্লাস অমা

নুংখিল পুং ২ লৈবাক হরাই অহীংবা গ্রাম ২৫ বোম

নুমিদাং পুং ৫ আতাগী তল মযাই ওইরপ্পা অনীগা ওত্রাগা
হরাই মুগ ফুংপা মহী তেঙ্গোং অমগা,

নুমিদাংদা পুং ৮ ঈশিং গ্লাস তঙ্খায়মুক থকই ।

অসুয়া চংথবকপসিনা অসি আগষ্ট তাং ১৩ ফাওবনি । আগষ্ট
তাং ১৪ দগীদি হানা চাবন্না চাকী চাং অদুগী শব্বক ৩ থোকপগী ১
খক্তমক চাবা হৌই । মতুংদা খবা খবা হাযগৎলক্লগা হাপ্তা অমগী
মতুংদদি হান্নগী চবা অদুদা হঞ্জিল্লী । চবা হেল্লিঙে মনুং অদুদা হকচাং
অসি ফনা নিংখিনা মযেং তাই । অউবা মকপ মপাং অহল-লমনা

হায়নৈ, করিনো ঙাওত্রা শিবা তারে, লায়না পোকপা তাবে,
মখোয়গী রাইহৈশিংদুনা ঐগী নিংবদুবু থুগায়বদি লায়বদনা ঐগী নীযম
অদু ঙাকপদা হেন্দুম মতেং ওইবকখি ।

চরা হেল্লিঙৈ মনুংদা মীহ্নগী চাং হেনগৎলকখি, হকচাং
শাগৎপগী চাংসু হেল্লা হেনগৎলি, য়াম্মা চোকথবা মীং তন্দন পায়বা
যাওরক্তবা নত্তে । পুম্মমক মাংখিনবা ঐনা অবিবা হক্কী ঈশিং হায়বদি
নুমিৎ ৬/৭ নি তুংশিন্দুনা থম্মবা অদুনা মায়দং নত্তনা হকচাংগী শরুক
পুম্মমক্তা তৈবগা মীনিত ৩০ বোম নোইদুনা শাম্লে ।

অরিবা হক্কী ঈশিং অদুনা হকচাংদা চুপশিন্ত্রবদা, হকচাং
চোকথবা তাং চিকপা, মীহ্ন হেনগৎলকপা শাগৎপা, থম্মোইগী
মীহ্ন খোঙকাপ য়াংখৎপা পুম্মমক নেমহললম্মী ।

মথক্তা পনস্ত্রিবা চহী অনীবোম চুপ্পা অযুক অমদি নুমিদাং চাক
চাবা তোক্তবা মতুংদা (পুং ১ লৈরগা) হক্কী ঈশিং থকপা নুমিৎ ১১
হক্কী ঈশিংগা ঈশিংতগা থক্তুনা চবা হেনবা, মহী মনাইগা ইশাগী
ঈশিংতগা নুমিৎ ২০ রোম লেনখিবা লোয়ননা অরীবা হক্কী ঈশিং
তৈবতনা হকচাং অসি ডাক্তব অমদি হীদাক্কী মতেং লৌদনা পুময়াং
য়াংহ্নদুনা মীওইবগী হকচাং অসি অসুক নুংঙাইবোইবে হায়বদু
খংজরক্লে ।

মতাং অসি লকপদনি হক্কী ঈশিং হায়বদি মমল নাইদ্রবা হীদাক
অমনি লৌদবা শুকয়ামক যাবক্ত্রিবা । মমল চংদনা হকচাংবু
নানবদগী কলহৌগে হায়ববা, অনাবা মশক খংদনা লৈগে হায়ববদি
অতৈ ডাক্তব মাইবগী হীদাকপু লাপ্পা চক্তুনা থিকদ্রবসু ইনক নক্কা

লৈরবা হকী ঈশিং অসি থিহুবা তৌদনা শিজিন্নরগা ঈরৈবাক
মচাশিংনা চাংয়েং অমতং তৌবা য়াবনি ।

ইং কুমজা ১৯৯৫ গী জুনগী তাং ১৫ দগী অমুক চরা হেং
দুনা নুমিৎ ১৫নি গুন্স হকী ঈশিংগা থজুনা লেনখি । মসিনা খোঙ
হান্সা বেরা তৌদুনা হকচাং নুঙাইতবা ইতোন ফাইবনচিংবা লৈরস্বদু
ফহনবা গুমখি ।

অজমশুবা ওইনা ডিসেম্বর ২৭, ২০০০ ইং গী নুমিদাংদগী
২৯ ফাওবা অমুক চরা হেন্দুনা হকচাংগী খোঙ হান্সা থিঙগৎপা,
চাকখাওদা অশিনবা কারকপা, অমদি মীং নুঙাইতবা লায়নাশিং
অসিদগী নাস্তোকপা গুমখি । চরা হেল্লিঙে মনুংদা হকী ঈশিংগা
ঈশিংতগা থজুনা লেনখি । নুংতিগী ওইনা অমুক খুদিংগী এনেমা
তৌথোকই । ডিসেম্বর ৩০ দগীদি চম্ফুং মহী, তল (থাউ য়াওদবা),
শঙ্কোমনচিংবা থজুনা থা ১ রোম লেনখি । মসিনা হকচাং হান্সগী
ফিভমদা অমুক হঞ্জিন্দুনা নোমগদবা থবক শু-নোন্স গুমখি ।
হায়রিবা মথকী অনাবশিং অসি পুমফা ফখি ।

হক্কী ঈশিংগী মবমদা বিজ্ঞানগী ওইবা পাউদম

হক্কী ঈশিংদা কবি কবস্থ পেশক তুংদুনা লৈবগে, তত্ত্বা হংনববা
 রাহং অমনি । মীচম প্রাজাশিংদি লায়বদনা লমদম অসিগী নত্রগা
 ভাবতকী ডাক্তবশিংগী মবমদা হক্কী ঈশিংদা কবি মচং ওইবা পোশক
 যাওবিবগে, থিজিনবা লৈ। থিজিনদবা মবম্মা মখোয়না হক্কী ঈশিং
 অসি মহৌশা চংনবী অম। ওইনা হায়নবকপা হকচাংদা ফত্বা মহানি
 কান্নদবনি, অদুম হায়দুন লৈ । অমবোমদা হক্কী ঈশিংগী মবমদা
 মীযাম্মা তমলকপদি নত্তবানিনা হক্কী ঈশিংনা অনাবা ফৈ হায়বদা
 নোকনিংবা পোকুবি । অদুবু মীওইবনা অসুম চাওখেলকপগী মতিক,
 ডাক্তব মশিং অসুম হেনগেলকপগী মতিক, ডাক্তব অমদি হীদাক
 গাক্তনা মীওইবগী মবমদা পুবা খংলে অমদি অনাবা খুদিংমক জয়
 তৌবে হায়বদি যাদি । থিজিল্লবদগী ফত্বা মফমদা মনি ফমদুনা
 লৈবম্মী হায়বদি খুদিংমক্কা যানদবা ইঙম গুদবনি ।

খুদম ওইনা হায়বদা খুনাই অসিদা লিনা চিকপা অনাবা অমা
 চহী ভতগী তাদনা ত্রেনিং চংলুববা ডাক্তব অমদি মখোয়গী হীদাক্কা
 য়েংবা গুদবদা মৈতৈ মাইবনা য়েংদুনা ফহনখিবা মশিং যামত্রে ।
 অদুর্নদি ডাক্তব অমদি এলোপেথিক্কী হীদাক্কা পুমচুম চুমলে হায়বা
 যাবগদ্রা ?

ডাক্তবনা য়েংদ্রবদি হায়দুনা মৈতৈ মাইবনা য়েংবদা ফবকপা
 অনাবা অদু তৌশিনবনি হায়বা যাগদ্রা ? হক্কী ঈশিং শিজিল্লবগী
 মাযকৈদা চংশিলকপদা ঐ ইশামক হিবম অসিগী পুমখং খঙলবা

এক্সপাট অমমক নত্রবসু থিজিঙ্কুবদগী মসি বিজ্ঞানিক ওইবা মওংদা থমলকপা মতমদা হক্কী ঈশিংদা করি করি ময়াল যাওরিবগে খঙদবা য়ারক্তে । অহানবদা ফত্রে হায়না লৌনরিবা হক্কী ঈশিংদা কানবা পোৎশক করি করন্তা যাওবনো ? খংদ্রিঙৈদসু মমাংঙৈগী মৈতৈ অহল-লমনশিংনা অমদি অতৈ তিবেত, ফ্রান্স, অমদি ভারতকী মফম খরদা যোগীশিংনা শিজিন্নদুনা মশাগী লায়না কয়া ফহনখিবসিনা থোইদোক্কা হক্কী ঈশিং অসিদা হায়ঙমদনা কান্নরবা পোৎশক খরদি যাওরে হায়না খনফমদি থোকই ।

অদুননি ভারত অমদি অতৈ পৃথিবীগী হক্কী ঈশিংগী মরমদা মমুত তাবা ব্রাখল ফাওনবা হোৎনদ্রিঙৈদা জাপান্দা অমদি চিনাদা মীওইবগী পুসি কল্লবা (ইয়ুবোকাইনেসি) কৌবা হীদাক মখল অমা পুথোকতুনা হকচাং ঈ চেনবদা অপনবা পীবা ব্রেন য়ৌবা শিংলিদা অথিংবা পীবনচিংবগী লায়নদা শিজিন্নবদা হোৎনরক্লিবা । হিদাক অসি জাপান অমদি চিনাদা লাইফ সেভিং মেডিসিন কৌশ্রবনি ।

হক্কী ঈশিংগী মরমদা ফনা হায়দুনসু, ব্রারী ফনা তৌদুনসু মতম অসিদদি মীওইবনা পামনরিবসি বিজ্ঞানিক ওইবা লম্বীদা হক্কী ঈশিংদা করি করি মচল তিল্লিবগে ? অসিনি । মচনগী ভাব লাকনদ্রিঙৈদা মমাংঙৈদগী হৌনা ভারতকী মফম কয়াদা ষণবু অশেংবা জিবনি খন্নদুনা ষণগী য়ুংবু লৌদুনা মীগী চখাও নাবনাচিংবা লাকপদা থক্কুনা অনাবা ফহনখি, লোয়ননা মণিপুরদসু মশা শাগৎপা নুংশিং অশাবা কাবা-চিল-লৈ চাখৎপদা সন্নাওগী শঙ্কী নৈবগা পীথক্কা কয়া যাওনরি । হায়রিবা পোৎলম অনীসিদা কবি যাওরিবগে খঙনদ্রিঙৈদা থক্কুরমলবা ঙাক্তনি । অদুবু থকশ্রিবা কাংবুদো শিবদি লায়বদনা অনাবা থুনদুম

ঙাক্তনি । অদুবু থকস্ত্রিবা কাংবুদো শিবদি লায়বদনা অনাবা থুনদুম ফনরকখিবনি ।

শা-ষণগী শস্ত্রী শনমুংবুদি মমাংউদগী হীদাক লাংথক্তা শিজিন্নরগা ময়াল কয়া য়াওরিবা, মদু শিজিন্নবদা অনাবা কয়া ফহনথ্রবা হক্কী ঈশিংবুদি করিগী লৌখৎপা য়াদনা থমগদৌরিবনো !

মতাং অসিদা বিজ্ঞানগী ওইনা থিজিল্লুরবশিংনা হক্কী ঈশিংদা হকচাংদা কানরবা পোৎচং খরদি য়াওই হায়না পুথোকলিবসি খঙজিনবদি তঙাইফদবা লৈ । ঐ ইশানা চাং য়েংবদা ফংজস্ত্রিবা মইশিং অদুনা, ঐনা খঙবদি হক্কী ঈশিং অসি ফত্তবা অমতা য়াওদ্রবা হায়ফম খংদনা কান্নরবা ঈশিং অমনি । ঐগী থাজবসি ইরৈবাক মচাশিংদা উৎচবগা লোয়ননা মীপুম খুদিংমক্কা খংনিংলিবা হক্কী ঈশিংদা করি লৈবগে হায়বদু য়েংবীযু ।

হক্কী ঈশিং অসি বিজ্ঞানিকী পাস্থৈনা থিজিন্দুনা য়েংবদা ডাক্তর ফারেননা মাগী “ইন্সদক্সন টু বাইওকেমেস্ট্রি” দা অসুন্না পীরি মদুদি মশা ফরিবা মী অমগী হক্কী ঈশিং আউল ৪ দা মখাগী পোৎশক শিং অসি য়াওরি ।

মচাকশিং :

য়াওবগী চাং (মিলিগ্রাম) :

1. Urea (Nitrogen)	682.00
2. Urea	1459.00
3. Creatinin (N)	36.00
4. Uric Acid(N)	1200 00

হক্কী ঈশিংনা লায়ংবা

5.	Amino (N)	9.70
6.	Ammonia (N)	57.00
7.	Uric Acid	36.00
8.	Sodium	212.00
9.	Potassium	137.00
10.	Creatinin	97.00
11.	Calcium	19.00
12.	Magnesium	11.30
13.	Chloride	314.00
14.	Total Sulphate	91.00
15.	Inorganic Sulphate	83.00
16.	Inorganic Phosphate	127.00
17.	P.H.	6.00
18.	Total Acidity as c.c.	
19.	N/10 Acid	27.00

মথক্তা উৎলিবা অসিনা তাক্লিবিদি হক্কী ঈশিং অসি মীওইবগী
 হকচাংদা কান্নরবা মচং ওইরবা পোৎলমশিং যাওরি । অদুমনিদি
 ওইরগা হক্কী ঈশিংদা যাওরিবা খরীগী অমদি থুমগী শরুক্ত মী মীগী
 মশাগী মতুং ইন্না চাং মান্নদনা যাওই ।

মীওইবনা চাখি থকখিবা চীজ্জাক্কা মী অদুনা চংলক্কা হক্কা ঈশিংগী মতাংদা ডরিয়ুঃ জেঃ আমষ্টোঙনা হায়, কনাগুস্বনা মপাল থোকপা মতমদা হক্কা ঈশিংদা চিনি য়ান্না যাওরে হায়দুনা ঈশিং পুকচৎপনা নারে লৌবদি য়াদে, মরমদি মদু মহাক্কা চাখি থকখিবা মতমদা অথুমস্বা যাওরস্বদগী ওইরকপসু য়াই । মহাক্কা মরিক চুন্না ইরি মদুদি, মহাক মশানা চিনিগা লোয়ননা অথুমস্বা মহী থকচিনস্ববা মতুং পুং ১৪ লৈরগা হক্কা ঈশিং অদু চিনি ঙাক্তা ওইনা লাকলস্মী । মদুদা ডাক্তরনা মহাক অসি ঈশিং পুকচৎপনা নারে হায়না লৌখিরস্মী । অদুবু অশেংবদি মহাক্কা অথুমস্বা চাশিনখিবগী ফলনি । অদুনা ঐখোয়না খঙগদবদি কনাগুস্বগী হক্কা ঈশিংদা চিনি যাওরে হায়দুনা মহাক অদু ঈশিং পুকচৎপনা নারে লৌবদি অচুমস্বা ওইরোই । মরমদি হক্কা ঈশিং অসি কনাগুস্বা অমনা চাখি-থকখিবা চীজ্জাক্কা অদুগী মতুং ইন্না খেননা লাক্কনি ।

কনাগুস্বা মী অমনা চিনি তত্তনা শিজিন্নরবদগী ঈশিং পুকচৎপগী লায়না লাকপদি য়াই, অদুগা মহাক্কা ঈশিংদা চিনি শরুক য়াওই হায়বগী ঈশিং পুকচৎ তৌরকপনি হায়বদি লানগনি ।

অদুগা কনাগুস্বা অনাবা মখল অসিনা নারকপদা চিনিগী শরুক অদু ঈদা চুপশিনখিদুনা মপাল থোকপদা চিনি থেংনবা উই । অসিগুস্বা মতমদা চীজ্জাক হোংহল্লগা হক্কা ঈশিং থক্ফুনা লোয়েংবদা লায়না ফহনবা ওমগনি ।

পঙশাং শাংনা নৈনদ্রিঙৈদা পীখিবা মচাকশিং অসি খংলবনিনা হক্কা ঈশিংদা হু-ওইবাপোৎশক য়াওই হায়বদি য়াদ্রে । হিরম অসিদা

লময়ানবা ওইরিবা আমষ্ট্ৰোঙনা মহাকী “ব্ৰাটর ওফ লাইফ” তা মখা
 শমথরদুনা হায়রি মদুদি মমাংঙৈদা লমচংপশিংনা থক্লবা ঈশিং
 ফংলক্লবা মতমদা মশাগী ঈশিং থক্লনা অরাম খৌরাংবা কোকহলম্মী,
 মসিনা হু ওইরমলবদি মখোয় হিংলমখিগদ্রা ? মহাক্লা পীরিবা ব্রাকম
 অসি থাঈশেংনমক চুল্লবনি ।

ভাবতকী হাল্লগী প্রাইম মিনিষ্টর শ্রীমোবারজী দেশায়, লোয়ননা
 “মনাব মুত্র” ইবা শ্রীমনিভায় পাতেল, “ওউতো ইউরিন থেরাপী” গী
 অইবা অর্চষ্য, জগদিস বি, নাচিংবা মীওইশিং অসিনা মশাদা চাংয়েং
 তৌরবা মতুংদা মখোয়গী পাওতাকতগী মীওই কয়া হকী ঈশিংনা
 লায়েংবদা অনাবা কয়া ফহনস্রবনি । অদুগা ঐ ইশামক চহী ২২
 হেলক্লবা ফাওবা হকী ঈশিং শিজিমদুনা লাকলিবসি করিগুন্না হুগুন্না
 পোৎশক ওইরমলবদি হকচাং নুংঙাইরকপদি তোক্লসি, হম্মা উবা
 ফংলমলরোয় ।

হকী ঈশিং শিজিমবগী নিয়ম

হকী ঈশিং শিজিমদুনা লায়েংবগী মওংদি যান্না লাযনা অনাবা খুদিংমক চবা হেল্লগা হকী ঈশিং থকপা অমদি তৈবা হাযবা নিঘম অসিতনা লায়েংগদবনি । অদুমকপু অনাবদুগী হকচাংগী ক্ষীতম মত্ৰং ইন্না হোংদোক হোংজিন তৌবগী ব্রাতনি ।

শিজিমবগী নিয়মদি :

হকচাংদা তৈবা :

(ক) হকচাংগী কুচু নিংখিনা; ফজনা লৈনবগীদমক হকী ঈশিং তৈগনি ।

অনৌবা ফোং ফোং শাবিবা হকী ঈশিংনা মাই মীং নাকোং, ঙকশম, থবাক, পুক, খুং, খুদাং, খুৎশা, খোঙ, ফৈগন, খুউ, খুজেং, খুবোম, অমদি কোকনচিংবা হকচাংগী মফমাশংদা তৈবগা নোইবনা কুচু ফজহল্লী, সনা অহীংবগী কুচু মাল্লি, মীং নুংঙাইহল্লি, মশেং মবাং উবা ফহাল্লি । উঙ্গা থোং থোং লাউহল্লি, ফুবি ফুবাং উবিংনচিংবা থুংবা ফহাল্লি, হকচাংদা শোকখিবদগী হম্বু কাবা ফহাল্লি । হকচাংদা নিংথমচংবা ফহাল্লি । উঙ্গাগী লাযনা পুম্মমন্ত্ৰগী লাগ্না লৈহাল্লি ।

(খ) নুমাং ৪দগী ৭ নি ফাওবদগী তাদনা লিববা হকী ঈশিং অদুনা মক ওইনা হকচাংদা লাযনা লেবা মীওইশিংদা হকী ঈশিং থকুনা চবা হেল্লিউ মতমদা তৈদুনা নোইবা, নত্রগা চবা সেনদ্রবসু

অমুক অমদি নুমিচাংদা থকপগা নোইবগা হকী ঈশিং অরিবা তৈরগা
 যামদ্রবদা পুংখায়মুক্তগী তাদনা হকচাং অসিদা নুংতিগী ওইনা
 নোইবদা কুচু কুমেদ ফজহনবা উঙ্গাগী লায়না কোকহনবতা নঙনা
 হকচাং মনুংদা লৈবা অনাবা, পুম্মক ফহনবদা অঙকপা মতেং ওই ।

মরু ওইনা হকী ঈশিং অসি তৈবদি হকচাংদা অনাবা লৈরবা
 হকচাং নুংঙাইব্রবা মতমদা ওইনা শিজিন্নগনি । তৈবগীদমকজিদি গ্লাস
 তঙ্খায় অমরোম চংগনি । তৈবা মতমদা পুংখায় অমদগী তাদনা
 নোইরগা হকচাংদা চুপশিনহনগনি । মসিনা হকচাং মনুংদা চংগনা
 উঙ্গাদগী লানশিনখিদুনা মখোয়দা লৈরম্বা ছগী পোংশকশিং তুমহনদুনা
 মপান্দা থোকহনলকনি । রাফম অসি আমট্টোঙনা “রাটব অফ
 লাইফ” তা নিংথিনা পল্লদুনা ইবি । মসি তৈবা মতমদা, কিদনি
 ফংলমদবা চাকখাও ফংলমদবা ফগংহল্লি, মরু ওইনা উঙ্গাগী মরু
 ওইবা চীঞ্জাক ওইনা লৌশিনখিবনা হকচাং নহা ওইথোকহল্লি ।

আমট্টোঙনা হায়বা মতুং ইনা অরিবা হকী ঈশিংনা হকচাংদা
 তৈদুনা নোইবদা এলোপেথিক ডাক্টরগী, হীদাক্লা ফহনবা ওমখিদ্রবা
 উঙ্গাগী লায়না ফহনবা ওমই । মতাং অসিদা নিংশিংবা যাবদি
 হরিয়ানাগী হান্নগী চিফ মিনিষ্টর শ্রীদেবীলালগী চহী ১৫ এলোপেথিক,
 হোমিওপেথিক অমদি আইয়ুবেদিকী হীদাক্লা লায়ংবদা ফবা
 ওমখিদ্রবা খুংইং (একজেমা) নুমিৎ ১৫নি হকী ঈশিং তৈবা অমদি
 থোম্বা চংখবদা পুমকোক কোকখিবা অদুনি । অরিবা হকী ঈশিং
 তৈদুনা নোইরবা মতুংদা অমুক হেন্না কান্নবা পীবসি নুংশাদা
 মিনিতকুনরোম যাইবা অসিনি ।

আমল্লোঙনা হকী ঈশিং শিজিন্নবগী মতাংদা মক ওইনা হাযবাদ
কনাগুস্বনা হকী ঈশিং তৈদুনা লায়েংবদা অনাবা ফগৎহলকপদি গাই
অদুবু হকচাং মপানদা তৈবা, নোইবা যাওদ্রবদি চপ চাবা ফঙনিংলিবা
ফল অদুদি ফংবা ঙমলোয় ।

অদুগা অতোপ্লা অমনা অবিবা হকী ঈশিংনা হকচাংদা তৈশ্ববা
মতুংদা পুং ১/২ গী মতুংদা ঈশিং লুম্বু লুম্বু শাবা শিজিন্নদুনা নত্রগা
চেংহী অনৌবনা ইকজথোজুনা থাদোকদবনি ।

ঈশিং অশাবনা ঈকজববদি, অইংবনা লোয়শিনগদবনি অদুম
তৌববদি উল্লাদা অশাবা ঈশিংনা শোকহনবা ঙমদে । ঈকজবা
মতমদা কবিগুস্বা মখলগী সাবন-সুধা অমত্তা শিজিন্নবোই ।

হকী ঈশিং থকপা

(ক) হকচাংবু তোঙান তোঙানবা লায়নাশিংদগী ঙাকথোক্কাবা,
লৌনগনবা লায়নানচিংবদগী চংবা ঙমদনবা নোংমগী অযুক অমদি
নুমিদাংদা যাউম ২/৩ থকপা কান্নে ।

(খ) তশেংনা অনাবা লৈববা মতমদা মদু মাংহন্নবগীদমত্তা চবা হেং
দুনা নোংমদা চংলিবা হকী ঈশিং লোয়না থকচিনবা, অসুম তৌদুনা
ঈকী ঈশিংতগা চবা হেনবদা অবিবা অনাবা থুনা ফহনবা ঙুম্বী ।

(গ) কনাগুস্বা অবিবা মশা শোল্লবা অনাবদি চবা পুবা হেনবা
ঙমদ্রবদি মশা শোনলিঙেদা চাং তল্লা চাবগা হকী ঈশিং থকপা অমদি
তৈবা তৌবগা লায়েংগনি । মশা কনখংল্লুবা মতমদা চগোল গ্রমগী
মনুং নুমিৎ ২/৩ মবক মবজ্ঞা হকী ঈশিং থক্কা চবা হেনবা যাউ ।

হক্কী ঈশিং থকপগী নিয়ম

অহানবা ওইনা কানাগুস্থনা হক্কী ঈশিং থকপা হৌবসি অহানবা চংলকপা অদুগী ইহান হানবা দ্রোপ খরদং ১০/২০ মুক্তং যাওদনা লেমহৌরিবদু গ্লাস অমদা লৌহৌরগা, চীন-য়া শেংদোক্লবা অদু খোঙ-খুং হামদোক্লরবা মতুংদা যাউম ৩/৪ ফাওবদগী থকপা য়াই । মতুং খরা খরা অসুম হেনগংলকুগা গ্লাস অথনবা অমা নুংতিগী থকপা য়াই । নুমিদাং থকপা তারগদি চাবা লোয়রগা পুং ১ রোম লৈরগা থক্কদবনি । মসিনা চাখি থকখিবাশিং তুমহল্লী, অরাম বৌরাংবা পোকহল্লি ।

হক্কী ঈশিং থকচিনখিবা মতমদা চাকখাওদা এসিদকী শরুক লৈরস্বা মাংহল্লী । খোইরিন, অমদি অমাংবা মবীদা তুংদুনা লৈরস্বা পফুনা লৈরস্বা ফত্তা হাওদি মাংহল্লি, থবাজা, থস্মাইদা, থবোস্বীদা অমদি ফীরাজা লৈরস্বা লোক-নপ মহি অমদি ফত্তবা পুম্বমক মপানদা পুথোরকই । পুথোবকপগী মওংদি মসি থকত্রবা মতুংদা নপ, তিন তোয়না তাবা, লোক খুরকপা, হাকখি খনবা, লোক শিংপা, ওরকপা, মদুদা ফত্তবা মহী মনাই য়াওরকপা, ফুরি নত্রগা উরিংনচিংবা ওইনা থোরকপা অমদি অমাংবা ফত্তবা ওইনা থোরকপা অসিনি । মসি তৌরকপা মতমদা নুংশা থিরোইদবনি । মবমদি মদু ঈশিং অসিনা হকচাং শেংহনবা হৌরকপগী মইনি । থকপা মতমদা চুমথোক্ল বা, নত্রগা লোহ্জোক্লবা ঈশিং খরাগা য়ানশিল্লগা থকপা কায়দে ।

হক্কী ঈশিং অসি মশানা চুমথোকলগা থোরক্লবনা মসি থকপদা থোইনা ফত্তবা রাখল থাদোক্লদবনি । মসি থকপনা মথা

(ব্রেইন), থম্মাই পাঙ্গল কনহল্লি, রাখলগী লায়না ফাওবা কোকপা
ঙমহল্লি; শাথিরে হায়বা কেঙ্গরগী লায়না হাংতোকপা ঙমই ।

অদুবু থকপগী ব্রাসি হেক লাকপদা অয়ান্বনা হ্জোয়নবগী
রাফমনি । ময়েকীদি হকচাংদগী চুমথোকলগা থোরকপা মহী ওইবনা
চিংননিংঙাইদি ওইদে । থাঙ্গেশেংবসু হকী ঈশিং থকপসি পুক্রিং
ফাজিনবা ঙম্বা থম্মাই চেংপা লমচং কায়দবা মশাবু থাজবা
মীওইশিংদদি লায়না ঙম্মী । লমচং ফঙবা হকচাংগী ইন্দ্রিশিংবু ঙৈহাক
নুংঙাইনবা ওক্তবা লম্বীদা চিংশিনবশিংদি অথিফম হায়বসি হ্জোয়না
লৌবা মশাবু হস্থনা খনবা মীওইশিংদদি হকী ঈশিং থকপা হৌবা য়াল্লা
অকবা অমা ওইবা য়াই ।

মশাগী নিতি নিয়ম লৈজবা, ১৯৭৭ দা মশাগী চহী ৮৩
শুরবা ভারতকী হাল্লগী প্রাইম মিনিষ্টর মোরারজী দেশাইগী চহী মতাং
অদুদা নিংঙাইদনা হকী ঈশিং শিজিল্লাবা ঙমই । মসি শিজিল্লৈ হায়দুনা
মহাকপু অঙাওবনি হায়গদ্রা ?

অশেংবমক হকী ঈশিং থকপা অসুম অসুম চাং নাইরল্লাবা
মতমদা মাগী মনম মাংপ্রে, মচু ফজবা হেল্লকই, নোংগী ঈশিংগুয়া
ফজরকই, মহাও লৈরকই । শিজিল্লাবা হৌব্রবদি নোংমা মসি
থকহৌদ্রবদি লৈবা ঙমলক্তবা ফাওবা য়াই, মদুনা চনিং তানা
খস্থবীরগা ডাক্তর, মাইবা, অমদি হীদাক্লা চৈশু ওইরগা পুন্নি লেনবা
পামবিদ্রবদি ইরৈবাক মচাশিংনা মসি থকপা হৌবিরো ।

হকী ঈশিং থোয়া

(ক) হকচাংগী শরুক অমদা কেঙ্গর তৌরবা, অশোক অপন থোকপা,

হকী ঈশিংনা লায়োংবা

পোন্না তঙবা, মৈনা পোকপা, লায়কোই থুংবা, থুংহিং, মতু লৈবা
 অমদি উল্লাগী লায়না পুন্মমক্তা ফী নত্রগা লশিং খরা থারপ্লা অমদা
 অরিবা হকী ঈশিং চোংহল্লগা থোন্না ফী অদুগী মথক্তা হকী ঈশিং
 খরা খরুদং হৈদুনা চোংহন্দুনা থমগনি ।

হকী ঈশিং অমদি ঈশিং থকুনা চরা হেনবা

চরা হেনবা হায়বসিগী কানবদি পুন্মমক্তা খংলবা রাফমনি কনা
 কনাগুন্না মীওইশিংনা চাবা তুমদ্রবা নত্রগা মশা শাগৎপা, লৈরবদি
 অতোপ্লা মীওই অমদা হংলুবদা চরা হেল্লো হেজ্জা হায়বিবা অদুনি ।
 ঐখোয়না অমুক্তা লায়না খংবা ওমবদি তোল্পবা জিবনি হায়বিবা শা-
 শনশিংনা মশা নুংঙাইরক্ত্রবা মতমদা মতোমতা চরা হেল্লি, অসিগুন্না
 মতমদা ফনা হাওবা পোৎ অমা পীদুনসু মদু চাও হায়বা শুকয়া যাদে ।
 অদুম তৌবনা শা ষণনা কনাগী মতেং য়াওদনা মশাগী অনাবা কোকহল্লি ।
 মসিদগী ঐখোয়না খঙবা ওমবদি চরা হেনবমুক কানবা লৈবমদ্রে
 হায়বসিনি ।

চারা হেনবদা হকচাং শোম্বুরকই হায়বগী নুংশা থিবোইদবনি ।
 হকচাংদি শোম্বুরবসু নুংঙাইবা অমদি য়াংবা হেল্লি । চরা হেল্লিঙে
 মতমদা হকচাংগী মনুংগী ইন্দ্র অসিনা মঙোন্দা মথৌ মশিং হহুনা
 পীবনা তৌগদবা খরদুম পুক্লিং চংনা তৌবা ওমই । চরা হেল্লিঙেদা
 মানা পাংথোক্কদৌরিবা মথৌ অসি হকচাং মনুংদা লৈরিবা নমথি
 হানৈববা ফত্তবা পোৎশকশিং অদু মপান্দা ইহ্মোক্ত্রবা হোৎনৈ । হান্নদি
 চার্শিন থকশিনথ্রবা চঞ্জিকশিং তুন্না ওল্লবা হোৎনবা, ফত্তবা মচাকশিংসু
 ইহ্মোক্ত্রবা অকনবা খৌদাং লৌবকপা, ঈ-শাগৎনবা হোৎনবা, ঈ

চেন্নবা হোৎনবা নচিংবা মখল কয়াগী মথৌ তৌবনা লোয়নমজ্ঞা
খোয়দাবা ওমদে । চবা হেল্লিঙৈ মতমদদি ইন্দ্রিশিংদু মথৌ কোমলবনা
পোৎথাবা ফংজবে, মদুনা ফক্তা-হাওদি পুথোকুবা হোৎনবা পংরা
বান্ধে ।

নেচব কियोবগী লায়েং খুদিংমজ্ঞা চবা হেনবনা মপুং ওইবনি ।
চবা হেনবগী লায়েংনা হীদাক্কা ফহনবা ওমদ্রবা অনাবা কয়া ফহনবা
ওমন্ত্ৰে । শ্রীমোবাবজী দেশায় মশাগী চহী ১৮ শুবকপদগী মহৌশাগী
পাশ্বেনা লায়েংবা (নেচব কियोব) দা খোঙদাবা হৌখি ।

মতম অদুদগী মহাক্কা এলোপৌথক, হোমিও পেথিক নত্ৰগা
আইয়ুববৌদিক্কা হীদাক্কা অমজ্ঞা শিজিনদনা চবা হেনবা মশাগী নিয়ম
ওাক্কা চংপা অফবা চীঞ্জাক চাবা ও খক্তনা মশাগী লায়না কয়া
মাঙহনখি ।

মহাক্কা ১৯৩২-৩৪ দা মেলোবিয়া নাবদগী থা ১ গী মনুংদা
নোংমা নৌনা নত্ৰগা হুমনিদি লাইহৌ হৌবা লোইবমদে । মদল্লী মহাক্কা
১৯৩৫ দা নুমিং ১৩নি চবা তেল্লম্শী । চবা হৌল্লিঙৈদা নুংতিগী
এনেমা তৌবমশী, মনুং অসিদা চম্প্ৰা মই খৌইহী অমদি ঈশিং
থক্তুনা লেল্লম্শী, মতুং হেনবা লেপ্লবদা হৈমহী অমদি শঙ্কোম থক্তুনা
নুমিং হুম্ন লেল্লম্শী । অসুম্মা চথবকপদা মেবেলিয়া পুমশেং
শেংদোকখি । চবা হেনবা অসি খক্তনা মোবাবজীনা কোক চিকপা,
নুংশং মশাদগী পুমতান তান্হোকখি হায়না মহাক্কা “নেচব কियोব” দা
ফোঙদোক্কা হায়বি মদুদি মশানা কাজববা চবা হেনবা অসিদা হাম্না
ঈশিং থক্তুনা ইক্কা ঈশিংগা পাবগা হেনবনা কয়াবক কানবা লৈ ।

অমরোমদা চরা হেনবা মতমদা চীঞ্জাজ্ঞা চেকশিন্দ্রবদি অনাবা
 ফবগী মছত্তা ফত্তবা রোমদা খোঙ য়াংশিলকপা য়াই । হক্কী ঈশিংনা
 লায়েংবগী মরমদা মৈরা পায়খিবা আমষ্ট্ৰাঙনা মশাদা ফংখিবা খুদম
 অদু পীরদুনা ফোদোকলন্দ্রদি থকচিন্ত্রবা হক্কী ঈশিংনা মীওইবগী
 চাপ্রিবা থকপ্রিবা ইন্দ্রিশিংদা চংশিন্ত্রবা মতুংদা অসুম চুপশিন্ত্রগা
 মতুংদা লাকপা হক্কী ঈশিং অদু শেংবা হেনগৎলকই । মীপুম খুদিংনা
 নোংমা নোংমগী হক্কী ঈশিং অসি চাং নাইনা শিজিন্নরগা মতুংদা
 চংলকপা খুদিংগী মচু ফজরকপা অদু উগনি । মনুংদা লৈন্ত্রবা হক্কী
 ঈশিংনা ফত্তবা মচাকশিং তকথোরকই । শিংলিগী মপাঙ্গল
 হাপকৎলকই । থম্মোম্বী, থম্মোই, ফীরাক, চাকখাও অমদি
 থোপনচিংবা নিংখিনা থন্ততা নন্তনা মখোয়দা লৈরিবা অনাবশিং
 মাঙহনবা ওম্মী ।

কনাগুবা অরীবা অনাবা চেন্নরবা মীওইশিংগীদি নোংমা
 নিনিদং চরা হেনবদি কান্নবা ফংবা ওমলোয় । মাগীদি মতম শাংনা
 চবা হেনবা লোয়ননা হক্কী ঈশিং তৈদুনা নোইবা অনী পারগা
 অনাবা মক্ক ফুকতৎকদবনি ।

অদুবু চরা হেনবগী মওং অসি অনাবগী ফীভম অদুগী মতুং
 ইল্লা খরদং কোমথোকপদি অদুম তৌবা য়াই ।

থম্মোইগী লায়না নারবা, থম্মোই শোল্লবা নত্রগা টি: বি:
 না নারবা নত্রগা কুম পুরবা অনাবা লোয়নরবা মশা শোল্লবা
 মীওইশিংদি অরীবা শাখিবা অনাবনি হায়দুনা য়ান্না শাংনা চরা
 হেনবগী মছত্তা অহানবদা চাগদবা চাক্কী চাং খরা তাথরগা খরা

খরতমক চারগা নোংমদা ২/৩ লক হকী ঈশিং থকপা অমদি তৈবা চখগনি । মরক মরক্তা করিগুস্তা হকচাং কনখংলকপা মতমদা চয়োল অমদা নোংমা নীনি, হুয়ি ফাওবা হেনবা মশা কনখংলক্লবা মতমদা অঙুস্তা চাংদা শাংনা চরা হেনবা তাবনি ।

চরা হেনবা মপুং ওইনা হেল্লিবা অনাবদি মহাক্লা নোংমদা চংলিবা ঈশিং অদু লোয়না থকপা লোয়ননা দরকার লৈরবদি মরক মরক্তা চুমথোক্লবা (লোহোক্লবা ঈশিং) অইংবা খরা খরা মরক থংনা থক্‌দবনি ।

চরা হৈল্লিঙৈ মতমদা হকী ঈশিং অদুনা হকচাং মনুংদা লৈস্ত্রবা মতমদা ওনিংবা, নপ-তিন তোয়না তাবা, লোক থোরকপা, খোঙ চিফেং চিফেং, হাস্তা হকচাং শাগৎপা য়াওরকপা মতম অদুনা থুকৎপা নুংনাঙবা তৌবোইদবনি । মরমদি অনাবনা চখরিবা লায়েং অদুনা মনুংদগী ফুস্তবা মচাকশিং মপানদা পুথোরক্লবা হোংনরকপনি খঙগনি । মতাং অসিদা হকচাংগী মীছন তেম্পরেচর হান্নদগী হেনগৎলকপা য়াই, মদুসু হকচাং মপান্দা হকী ঈশিং তৈবগা নোইরকপা মতমদা হস্থরকনি । চরা হৈল্লিঙৈ মতমদা করিগুস্তা মখলগী চীঞ্জাক অমত্তা শিজিন্নরোইদবনি । নত্রগা হীদাক অমত্তসু পীজা পীথক তৌনোইদবনি । অসুম তৌক্লবদা অনাবদা নিংহল্লবা লাকপা য়াই ।

কনাগুস্তনা নুমিৎ ১০ নি চরা হেল্লুরবদি নত্রগা হুয়ি চরা হেল্লুরবদি নুমিৎ অদুগুস্তা অমদি শিন্দবা হৈ মহী শঙ্কোয়চিংবা থক্‌না লেনগদবনি । হকী ঈশিং থক্‌না চরা হেল্লুরগা লোয়শিলকপদা চাক এঞ্চাং চাশিনবা তারগদি শোস্থরিবা হকচাং দা অক্‌স্তা পুবা ওমদ্রবা পোং শিজিন্নবা ওইনা থোক্‌না তুস্তা ওমদদুনা হকচাং মাঙনবগী মচাক

অমা ওইগনি ।

চরা হেনবা লোয়শিনখুবা মতুংদা হৈ মহী শঙ্গোম্‌চিংবা থকুনা
নুমিং খরনি লৈরুংবা মতুংদা চাক চারকপা তারবদি হান্নগী চাংদগী
য়ান্না তানা চাবা হৌগনি, হায়বদি হান্নগী চাংদগী শরুক ওগী
অমগুংবদং চাবা হৌগনি । মদুসু যান্না তুংদা লায়বা চীঞ্জাক্লা হৌগনি ।
য়ারিবমথৈ থাও-থুম, অখা অয়াক অমদি অশিনবা য়াওদবা চীঞ্জাক
চাগনি । অদুদগী মতুংদা খরা খরা হেনগৎলজুনা হান্নগী চাংদা
তারকদবনি ।

চরা হেল্লিঙে মতমদা ইক্কী ঈশিং থকপসু য়ামদ্রবদা মতম খবা
খরা কান্নরগা হায়বদি পুক ময়েং তাথরকপা মতমদা মরক খন্নদুনা
থকদবনি ।

য়েংশিনগদবা

অরিবা অনাবশিং, কেসর, লেপ্রোসিস, টিঃ বিঃ এজমা, (হবা
কংখু) শোর ফুনগৎপা, থম্মোইগী লায়না, ইশিং পুকচৎপা
মেলেরিয়া, খোঙ হান্না য়ৈখৎপা, চকখাওগী লায়না পঙথবা অমদি
উঙ্গাগী লায়না খুদিংমক ওইরবদি :-

১) অহানবদা এনেমা তৌদুনা অমাংবা যাবিবমথৈ লৌখোক্লবা
হোৎনগনি । মসি অনাবগী মনুংদগী ফত্তবা পন্দুনা লৈবা লৌখোকপা
হৌবনি ।

২) অনাবদু য়ামদ্রবদা নুমিং নীনীদগী থা অমা ফাওবা মপুং ফানা
ইক্কী ঈশিং অমদি ঈশিং থকুনা চরা হেনগনি । করিগুংগা মহাক্লা
থম্মোই শোনবা নত্রগা মশা য়ামনা শোনবা অনাবা নত্রগদি ।

৩) অনাবদুনা মশা অশোনবা অমা নত্রগা থশ্মেই শোনবগী অনাবা ওইবগদি, মপুং ফানা চরা হেনবগী মছ্ভা চয়েল ১ নত্রগা ৪ রোম অমগী মনুংদা ২ নত্রগা থা মথায় ১ গী মনুংদা নুমিং হুমনি গুস্বা মবক মরক্তা চরা হেল্লগা মশা কনখংলক্লবা মতমদা মতম খবা শাংনা চরা হেলহনগনি ।

৪) চরা হেল্লিঙে মনুংদা হকচাংদা হকী ঈশিং তৈদুনা নোইবা, থাদোকপা চুমদে । মরমদি মসি ফাওবদি অনাবগী মশাগী মীছন, হকচাংগী তেপবেচন অদুগা থশ্মেইগী মথৌ চাং নাইনা থম্বদা অকায়বা ওইগনি । মদু লৈতনবা তৈদুনা চুপশিনহনত্রগা হকচাং মনুংগী ইম্দি পুম্মকী মথৌদা মতেং পীনবা চেকশিনগনি ।

অনাবনা চেকশিনগদবা

কবিগুস্বা মতমদা অনাবনা অরিবা হকী ঈশিং তৈবদা হকচাংদা হাকচবা নুংঙাইতবা ফাওবক্লবা মায়দা উদিং হায়গংলক্লবা নত্রগা ফুরিনচিংবা ফাওরকপা থোক্লবদি অরিবা তৈবদু তোক্লগা অনৌবা ফোঙ-ফোঙ শাবা তৈগনি । মদুদসু হায়বিবসি অসুম তৌবকপা তারগদি তৈবগী শরুক পুমলেপ লেপথোক্লগা থকপদা ওইনা চংথগদবনি ।

চরা হেনবা লেপ্তগা চংকদবা নিয়ম

অহানবা নুমীং : কমলা মহি গ্লাস অমগা ঈশিং গ্লাস অনীদা যানশিল্লগা অযুক্তা মিনিট ৩/৪ গী মরক্তা যাউম ২/২ থক্কনি । নুংখিলদগী নুমিদাং ফাওবনা পুং ১ রোম কান্নরগা মহী অসি খবা-খরা থক্কনি ।

অনীশুবা নুমিৎ : ঈশিংগা তিন্নরগা কমলা মহীদু পুং ১/২
কান্না কান্ননা পীথক্কনি । লোয়ননা লোহোক্রবা ঈশিং অইংবা
খৌরাংবগী মতুং ইন্না পীথক্কনি ।

অহুমশুবা নুমিৎ : ঈশিংগা যান্নবা হৈ মহী (শিন্দবা) কমলা
নত্রগা কিসমিস মহী (কিসমিস অতিংবা মহী) য়াহম ৩/৩ রোম পুং
২গী মরক্তা হেক-হেক পীথক্কনি । নুংখিল পুং ২ তাবদা হরাই মুগ
মহী (অফুংপা) পীথকপা য়াই, নুমিদাং হাইবমগী চরাগীদমক শঙ্কোম
অফন্না শিন্দবা নত্রগা মহী গ্লাস অমা (চাগী গ্লাস) পীথক্কনি ।

মরিশুবা নুমিৎ : অযুক্তা কমলা মহী নত্রগা কিসমিস মহী গ্লাস
১, অযুক্তী চাক মতমদা খোংক্রম নত্রগা তোরবোং নত্রগা মনা-মশিং
ফুংপগী মহী পীথক্কনি । নুংখিল পুং ২ দা ঈশিং, খৌরাংবগী মতুং ইন্না
পীথকপা য়াই, নুমিদাং চাকলেনগী মতম - ষণ্ণগী শঙ্কোম গ্লাস অমা ।

মঙাশুবা নুমিৎ : অযুক হৈ মহী, অযুক চাবা মতম--
শঙ্কোম অফন্না নত্রগা মহী, নুংখিল - ঈশিং গ্লাস অমা, নুমিদাং
চাকলেন মতম - আতানা হৌবা তল মচা অনীগুন্মগা মনা-মশিং
নত্রগা হরাইমুগ অফুংপা নত্রগা অতেকপা গা (ঙক্রা) নিংখিনা
ফুংলগা নত্রগা য়েন অফুংপা মহীগা পীথকপা য়াই ।

তরুকনি শুবা নুমিৎ : অযুক হৈ মহী, চাকী মতম- অথুন্না
হৈগা শঙ্কোম অফন্মগা চামিন্নবা, নুমিদাং - আতানা হৌবা তল
নত্রগা চোয়দবা চেংগী চাক কপ ১/২ গুন্না য়েন অফুংপা পত্রগা গা
অফুংপা মহীগা চামিন্নবা য়াই ।

তরেংনি শুবা নুমিৎ : নুমিৎ অসিসু মমাঙগী নুমীত্তা চাত্রিবা

অসিগা মান্ননা চাগনি । অদুগা মদুদা তোরবোৎ, থোংকুম নত্রগা মনামশিং শঙ্কোমগা তোংলগা পীজবা, লাইবাক হরাই, নত্রগা কাজু মরু গ্রাম ২৫ রোমগী চাং দগী তাখনা পীজবা য়ারে ।

নুমিৎ ৮, ৯, ১০ ফাওবা মথকী নিয়ম অসি চংথগনি ।

তরামাপোইনি শুবা নুমিৎ অসিদগী মতং তাথখিবা ফাওবদি শঙ্কোম মনা-মশিং অমদি শিন্দবা উইহে, লৈবাক হরাই নম্মা চাবা য়ারে । মদুসু হান্নগী চবাগী চাংদগী তাখনা চাগনি ।

চরা হেল্লিউদা চেকশিনগদবা

- ১) মমাঙদা পিস্তিবা মওং অদুদা হক্কী ঈশিং শিজিন্নগনি ।
- ২) লায়েং অসি চংথবিউদা কবিগুম্মা মখলগী ঈদাক শিজিন্নবোই ।
- ৩) লায়েং অসি চংথবিউদা হকচাং শোম্বা, শাগৎশা, ওনিংবা মচু ওল্লবা, অমাংবনচিংবা লাকপদা পাখংলোয়দবনি ।
- ৪) লায়েং অসি হৌরমদাইদা মৈখু থকপা, চুবট, বিড়িনচিংবা থকপা লেপ্পা ফৈ . যু থকপা, স্বা চাবা, অথুয়া চিনিগী পোথোকশিং শিজিন্নবা কাংহৌ-বোরা, থাওদা তাওববা অচাপোং থিংগনি ।

চরা হেল্লুরবা মতুংদা

- ১) চেং শিজিন্নবা তাববসু (উঁনা চোয়দবা) চেং, (শুম্বল চেং), য়াম ওইরগা আতা শিজিন্নগনি ।
- ২) কেক, দল্লুটি অমদি য়ামনা শাবক্লবা অচাপোং কৈথেলগী লুকমাইদা দুকান্দা থেন্দুনা থমলবশিং শোক্লোয়দবনি ।
- ৩) প্রোসেস তৌদুনা শারক্লবা, তিন্দা নত্রগা লিক্লিদা পুথোক্লববা

অচাপোৎ খাদোকনি ।

৪) ঘী শিজিলগে হায়রগা ষণগী ঘী শিজিলগনি ।

৫) যান্না শিনবা, উইহ মক মরাং, মোরোক অশাবা, নত্রগা থুম
মমুৎ তানা থাল্লবা চীঞ্জাক ঙাকনি ।

৬) চরা হেনবা তোল্পবা মতুংদা চাবা হৌরকপদা অফবা মখলগী
চীঞ্জাক চাদুনা লেনবা তমগনি । অফবা মখলগী চীঞ্জাকসু হকচাং থুনা
কনখৎনবনি হায়দুনা কা হেয়া চাশিন থকচিনবা তৌরবদি তুস্বা
ঙমদবগী ফল লাকুনা অমাঙবা ওইরকনি ।

নিংখিনা চাং তস্বা চীঞ্জাক চাবা হৌবগা লোয়ননা অবায়বা
মখলগী হকচাং শাজেল খবা-খরগা শান্নবা, লোয়ননা হকী ঈশিং
গ্লাস ১/১ অযুক্তা খোঙ খুৎ হামদোক্লবা চিন-য়া শেংদোকপা
লোয়রগা নুংতিগী থকপা হৌববদি শোল্লস্বা হকচাং থুনা কনখৎলকনি
তুংদা অনাবা চংবা ঙমলরোই ।

এনেমাগী নিয়ম

হকী ঈশিং থাকুনা চরা হেল্লিঙে মনুংদা নুংতিগী অযুক্তা অমুক্তি
শোয়দনা এনেমা শিজিলদুনা অমাংবা লৌথোকনি । দরকাব লৈববদি
অযুক অমদি নুংখিলদা ২ বক এনেমা তৌগনি । এনেমা তৌবা
মতমদা লুস্বু লুস্বু শাবা ঈশিং শকক অছমদা হকী ঈশিং অরিবদু শরুক
২ রোমদংগী চাং হাপচিল্লগা অমাং খোঙদা তপ্পা-তপ্পা কাপশিনগনি ।
অহানবা হৌবা মতমদা হকী ঈশিং অমদি ঈশিং যান্নরবা শরুক পরা
১ রোমগী চাংদগী হৌগনি, হৈনরক্লবা মতুংদা খরা খরা হেনগৎতুনা
পরা ২ ফাওবা তৌবা যাই । এনেমা তৌবগী মওংদি পাইপনা

চিংগিল্লগা কাপশিনবদুনি । কৌতাদা ঈশিং যাল্লগা মতম কুইনা
অমাংথোঙদা কাপশিনবদগী পাইপনা তপ্পা কাপশিনবনা হকচাং
শোক্তবা হেল্লি ।

অমাংথোঙদা কাপশিনবদা মতুং মিনিত ৫/১০ খাংলবা
মতুংদা মাংথোক্লবা হোৎনগদবনি । মাংথোক্লবা মতুংদা লো'না
হীপুনা (খোঙ-খুৎ শাংনা তিংথোক্লনা) মিনিট ১৫ বোম হকচাং
অদু পোথাগদবনি । এনেমা তৌববা মতুংদা চাবা যাদবা শাবন,
জিলাব অমদি ঙ্গী মশক ওইবনা পোৎশক শিজিন্দুনা তৌবোইদবনি ।

অতৈ চীঞ্জাক চাবগা কান্নগদবা মতম

হকী ঈশিং অযুক্তা নত্রগা অতৈ মতমদা একপ্তগা কবিগুন্স্বা পোৎ অমা
থকপা চাবা তৌবগে হায়ববস্ পুংখায় ১ গী মতমদগী তাদনা কান্নবব
মতুংদা তৌগদবনি । ন্যামদাং থকপা তাবগনা চাক চাবা মতু পুং ১
বোম লৈবগা থক্কনি । মসি থকপবদি চাবা থকপা তুমহাল্ল । অবাগ
খৌবাংবা পোকহাল্ল । কবিগুন্স্বা হকী ঈশিং গ্লাস অচৌনা অমা
থকপবদি, ঙমলগা অযুক্তী চবা ফাওবাদ কবিগুন্স্বা অমত্তা চাদনা
লৈববদি হকচাং নুংঙাইবা হেল্লক্কনি । চাবা তুমদবা লৈববোই, লোক
নুং কৈদৌনুংদা থুংলবোই ।

শঙ্গোম অমদি হকী ঈশিং

হকী ঈশিং শিজিল্লবিবা মীনা নুংতীগী ওইনা শঙ্গোম খবা খনা
শিজিল্লববদি কনাগুন্স্বা অতানবদা এসিদকী শকক কা হেমা লৈববা মী
ওইবগদি যাল্লা থুনা মযায চমতাল্ল । অদুনা হকী ঈশিং থকপাশিংনা
ঙমলবদি শঙ্গোম চাং নাইনা শিজিনবা কান্নবা ফংগনি ।

খিংগদবা চীঞ্জাক

হকী ঈশিং শিজিন্নবা মীনা কা হেন্না ময়াই-কাবা চীঞ্জাক -যু, গঞ্জা, কানি শিজিন্নরোই । চুরুট বেড়িদি শিজিন্নদবা ওমদবদগী খরা খরা শিজিন্নরবসু যুদি পুমথা থাদোকপা ফৈ । লোয়ননা য়ান্না খাবা অয়াকপা, অশাবা (মোবোক) নচিংবা অমদি অশাবা চাক এঞ্চাংচাবগী হৈনবী থাদোকদবনি । চিনি অমদি মসিগী পোথোক, কা হেন্না শিজিন্নরোই । কনাগুন্না ঈশিং পুকচং লৈরবা, থম্মোইগী লায়না লৈরবা মীওইদি চিনি পুমথা থাদোকপা তঙাই ফদে । আমষ্টোঙনা চাখি থকখিবা পোৎকা হকী ঈশিংগা লৈনরিবা মরীগী মতাংদা অসুন্না হায়, মদুদি মীওইবনা চাখি থকখিবা চীঞ্জাক অদুগী মগুন মবেক মহাও অমদি মনম অদু চাশ্রবা মতুং পুং ১২ দগী ১৪ ফাওবগী মনুংদা হকী ঈশিংদা লাকই । অদুনদি যু নিংথিনা থকখিবা মতুংদা হকী ঈশিং থকপা ওইববদি মহাক অদু যু হঞ্জিন্না থকপা তারোইদ্রা ।

আমষ্টোঙনা মশাদা ব্রাফম অসিগী মতাংদা চাংয়েং তৌববা মতুংদা লায়না খংখবনি ।

কনাগুন্না অমনা হকচাং শাজেন তৌবমদাইদা হকী ঈশিং অনৌবা অসি নিংথিনা মশাদা তৈরগা নোইরবা মতুংদা শাজেন তৌববদি মতুংদা মশাদু তেকখংপা হেনগনি । অসুন্না থবক অরোবা ১ (পাঙ্গলগী ওইবা) শুরমদাইদা ঈশিং অসি তৈরগা লোয়শিনবদি থবক অদুদা হকচাং পাক হেক চোকথরোই ।

অদুগা অমরোমদা করিগুন্না থবক অমা শুরবদগী নত্রগা লমশাং চংলুবদগী হকচাং অসি য়ান্না চোকথরবসু হকী ঈশিং তৈরগা

নোইরকপা মতমদা যান্না থুনা হান্নগী পান্নলদা হনজিলক্কনি ।
চোকথরম্বদু যান্না থুনা মাংখিগনি ।

যোগী কয়ানা মখোয়গী যোগা আসন হৌরমদাইদা হক্কী ঈশিং
মশাদা তৈবসি চৎনবী অমা ওইনা তৌনৈ । মসিনা মখোয়না
লোয়রবা মতমদা মশা চোকথদনা হান্নগী পান্নল লৈবা ওমই ।

হীগা য়ৈবা

হক্কী ঈশিং অরিবা নুমিৎ ঠনিদগী তাদ্রবা অদু লুম্বু লুম্বু শাহল্লগা ফী
অমদা লুপ্লগা পোম্বা-তংবা নত্রগা নারিবা মফম অদুদা পোপ পোপ
থোমদুনা হীগা য়ৈরবদি পোম্বা তংবা থুনা ফগৎহনবদা মতেং ওই ।

অনাবা করিদগী পোল্লকই

মীওইবগী হকচাং অসিনা মশাগী মথৌ নিংথিনা পাংথোকপা ওমলিঙেদদি অনাবা চংলকপা ওমদে করিগুস্তা থৌরম অমদা কনাগুস্তা অমবু লাকপিনবা বার্তগ তৌরুগা মীশক অদুনা বার্তগ অদু ফংবদগী থৌরম অদু লাকই । অদুগুস্তা অনাবা অসিসু ঐথোয়না লাকপিনবা বার্তগ পীরুবদগী মনা বার্তন অদু ফংবগী মীওইবগী হকচাংদা চংলকপনি । মশাগী লমচং কায়রুগুবা চাবা থকপা কায়রুগুবা, কা হেন্না রাহনখিবা, কাহেন্না চাশিনিবিদুনা তুস্তা ওমদবদগী হকচাং মনুংদা ফত্তা হাওদি লৈরকপা মমৈথংদা হুগী মশক ওইরবা পোৎশক ওল্লকুবদা হকচাংগী লৈজরিবা শক্তিনা মথোয়দু মপানদা চংহলখিনবা হোৎনরকপদা লোক থুংবা, শাগৎপা, লাইহৌ লাকপা য়াই । মদুদগী মথং মথং চেকশিন হৌদবনা মরম ওইদুনা মখল কয়গী লায়না ওইরকপা য়াই ।

থবক ব্রানা শুরগা নত্রগা মী অমনা চাগদবা চীঞ্জাকী চাং অদু অসুম অসুম ব্রাংনা চাবদুনা মশাগী ইন্দ্রি শোকলকপা, মশা শাগৎপা, চাবা মতমদা য়াম্মা চারগসু মখল অমন্তগী চীঞ্জাক ওইবা অতৈ হকচাংদা চংগদবা প্রোতিন কেলোরি অমদি বিতামিন কয়ামুক ব্রাংনা লাকপদগী অনাবা মখল কয়া হকচাংদা লাকপা মীগী মশিং ওস্তোকা য়ামন্তবনি ।

মতম চানা চাবা থকপা তৌরিবা নিয়ম নাইনা মশা চেকশিনবা মহৌশাগী ওইবা লম্বী কায়দনা চংলিবা মশাগী শাজেন কায়দনা

তৌবা চাং তস্বা চীঞ্জাক চারিবা মীনা নারকপা পাক ওইথোক্তে ।
 ঐখোয়না শা-উচেত্তঙ্গী খঙবা ওম্বদি মখোয়সি মনিং তস্বা লৈজরিঙে,
 মীওইবনা ফাজিন খোংচিনবীদ্রিঙেদা অনাবা মশক খঙদে । মখোয়
 অসি মীওইবনা অতোনবা জিবনি হায়না লৌরবসু তোল্পবা মখোয়দগী
 তমনিংঙাই ওইবা কয়ামুক লৈ । তোল্পবা জিবশিং অসিদি অরাম
 খৌবাংবা পোকত্রিবা মখে চীঞ্জাক খক চাশিন্দে । চাবা মতমদা
 মখোয়গী চাং অমা লৈজরিবা অদুদগী হেন্না চাশিন্দে । মপুক থল্লবা
 মতমদা মখোয়দা ফনা হাওবা চীঞ্জাক অমা পীশিনবদা চাও হায়বা
 শুকয়া যাদে মনম ফাওবা নমবিদে । শা-ষণ উচেচ -রায়ান মশা
 নুংঙাইত্রবা মতমদা চাবা থকপা পুস্বা পুমলেপ লেপথোকই ।
 মসিগী মইদি মখোয় মশাদা অনাবা কুইনা লৈবা ওমদদুনা
 চেছোকখি । অদুবু মীওইবদি চাবা থকপদা নিয়ম লৈতে । মপুক
 থল্লবসু উরিবমখে, পীজরিবমখে অসুম অসুম চাশিল্লি । ঐখোয়
 তোল্পব জিবশিং অসিনা চংলিবা নিয়মশিং অসি চংলু হায়বনি ।
 অদুবু মীহৌবা করাস্বনা মাংওইনবনসু অরাবা তোয়না তোয়না নংই ।

মীওইবদি পুক থল্লিঙে চানিং থকনিংবা পোকত্রিঙে
 মতমদসু অহাওবা পোং অমা হেজা উবদা তিল যোংলি, হেজা
 চাশিল্লি । মীওইবগী মনুংগী ইন্দ্রিশিংনা লৈরিবা ফত্তা-হাওদি
 পুথোক্লা মখৌ তৌই । চাশিন থকচিনত্রিবশিং তুল্লবা হোংনৈ;
 চাশিনত্রিবা চীঞ্জাক্তা যাওত্রিবা কানদ্রবা ফত্তবশিং অদু খুন্দোক্সা
 হোংনৈ । অহানবদা চাশিনত্রিবশিং অদু চাকখাওদা, খৌইরিলদা,
 অমদি তুল্লবা লৈরিবা ইন্দ্রিদা লৈরিবা লেমহৌরবা ফত্তবশিং অদু
 মপানদা পুথোক্লা হোংনবদা লস্বী কয়ামুক থিরকই । মতম অমদা

লোক খুই, লোক থুংই নত্রগা লাইহৌ তৌই, অমাংথোঙলোমদা
 পুথোক্লা হোৎনরকপদা মখোঙ মহী হান্না হকচাং শাগৎপনচিংবা
 কয়া তৌরকই । অসুয়া মতম অসিদা ঐখোয়না হকী ঈশিং
 অমসি ঈশিং থক্তুনা ইন্দ্রিশিংগী মথৌদা মতেং পাংশিল্লবা
 হোৎনগদবনি । হকী ঈশিং থকশিনবা মতমদা চাকখাওদা থিবোং
 থিরিন্দা নপুনা লৈরহ্না অমোং অকায় নমদুনা মপান্দা ইছোরকই ।
 ঐখোয়না চরা হেল্লগা এনেমা তৌবদা ফত্তবা শিং পুথোকপদা
 মতেং পাংই ।

ঐখোয়না হকচাং নারকপা মতমদা অনাবসি নোংমা
 নিনিগী মনুংদা হৌখিবনি নিংই, মদু চুম্বদি নত্তে, হকচাং মনুংদা
 ফত্তা-হৌদি মতম কুইনা লৈরকপদগী মনুং শেংলক্তুবা, কা হেন্না
 চাশিনখিবদগী তুম্বা ওমদবা, থবক বানা শুরবদগী হকচাংগী শক্তি
 হেন্না খরচ তৌখিবা নিয়ম কয়ামুক থুগাইরকপদগী মমৈদা মপানদা
 ইশা খঙজরক্লবা মপান্দা ফাওরক্লবা মতমদতা অনাবা ওইবে
 খঙলকপগী রাতনি ।

হকচাং চেকশিনহৌদবনা মরম ওইনা অহানবদা
 হৌরকপদা খৌশা হৌদবদগী মমৈদা ডাক্তর কৌরগা ফগদ্রা হীদাক
 চারগা ফগদ্রা হায়বা মখল মখল গী রাখল মশাদা ফাওই ।
 অদুদগীদি মমৈদা হীংবা নত্রগা শিবা হায়বা রাখল অসিদা
 চংশিল্লকপা মতমদদি থম্মোই নিকপা হৌরক্লে । মরম অসিনা
 মীওইবনা হেন্না অরাবা লাকত্রিঙেদা মাংজৌননা হকচাংগী
 মহৌশাগী ওইবা নিয়ম ওক্লা চৎনবা হোৎনবা শোয়দ্রবা রা
 ওইগনি ।

হীদাক অমদি ডাক্তরদগী লাপথোক্লা লৈবা

হকী ঈশিং শিজিন্নদুনা লায়েংবদা কান্নরিবসি অতৈ পাম্শৈশিং শিজিন্নবদগী পুমহেন হেল্লি, হায়গদৌরিবসি এলোপেথিকী হীদাক, হোমিও পেথেক নত্রগা আয়ুরবেদিকী হীদাক শিজিন্নরগা লায়েংবদা তুংদা অনাবা নত্রগা হীদাক শিজিন্নথ্রবা মীওই অদুদা অকোনবদা ফন্তবা ফল ওইরকই খঙনবদু ঈশিং অসি শিজিন্নবদদি করিগুম্বদা তুংদা অকায়বা খুদম লাঙ্তে হায়বা শিজিন্নরিবা মীপুম খুদিংনা য়ান্নরে ।

ঈশিং অসিদি ডাক্তরগী হীদাকুয়া, ফারমাসিগী গুলিগুম্বা ইঞ্জেক্সনগুম্বা মমল তাঙবদি নঙ্তে । মসি থিবা বাদে । শিজিন্নবা মতমদা হকচাংদা কান্নদবা অমুক লৈত্রবনা রাখলদা বানিংঙাই লৈত্রে । মসিনি চহী লিশিং কয়াগী মমাংদা ইপা ইপুশিংনা মুগি ঋষি কয়ানা সাইন্স হায়ব করিনো খংদ্রিঙৈদগী ডাক্তরগী মীং লাকত্রিঙৈদগী মীওইবশিংগী হকী ঈশিং শিজিন্নরকথ্রবা । থোয়দোক্লা লায়রবা মীচম প্রাজাশিং ডাক্তর অমদি হোসপিতালনা থৌশা ব্রাশবীদ্রবা হীঙনবগী লান্ফমদা নোংমগী চরা অমতং শোয়রগদ্রা খনবদা থরাই বারবা থরাই থক থক নিরুবশিংগীদমক্তদি শেল তিংদনা কোল্লা ফংলবা হকী ঈশিংনা স্বাইদগী ফরবা হকচাং নাদা য়েঙুনা থল্লবা মমল নাইদ্রবা পোৎশক অমনি হায়দবা য়ারোই ।

খোঙকাপ খুদিংগী শেল য়াওদ্রবদি চংথোকপা য়াদ্রবা মতম অসিদা শেল লৈজদ্রবা মীওইশিংনা নারকপা মতমদা ডাক্তর অমা

কৌদুনা লায়েংবা তারায়বা মরম অমা নন্তে । হেক লাকপগা অনাব
 অদু ফনবা য়েংবগী বা লাকত্রিঙৈদা মহাক লাকপগী ফি লুপা ৫০ দগী
 তাদনা পীবসি খুনাই অসিদদি চংনবী অমা ওইনা লৈরবনি । ডাক্তর
 অদুনা মীহুন্দং পাইবা নত্রগা লুপা ২ দংগী হীদাক অমতং লৈনবা চে
 মচেং অমদা ইরবসু লুপা ৫০ দি পিদবা ইয়া যাদ্রবনি । ডাক্তরনা
 লৌখিগদৌরিবা পৈশা অসি অয়াস্বনা খন্নবদা মহাকসু চহি ৬/৭ শেল
 চঙনা তস্বা চংলুরিবনিনা লৌজরসনু অসিনি । অমরোমদা ডাক্তরনা
 অনাবা য়েঙবা মতমদা কারবারগী চপ চাবা মওংদা লাকপু লাক্লবদি
 হীদাক অমা হেজা ইশিনবা লাকপগী ফি খরা শোয়দবা হায়বসিগী
 রাখল লৈবনা ঐখোয়না চাওখংলবা মতমনি ডাক্তর হেক পনবদা
 অনাবা ফরগনি খনবদু লানগদৌরি । অয়াস্বা প্রজা ১০০ দা ৯৫ দি
 লায়রবগী চৈথেং ফংদুনা লৈবনা নোংমগী চরা তানবনা পুন্সিগী
 শোয়দ্রবা খৌদাং ওইবনা ডাক্তরগীদমজ্ঞা তোঙান্না শেল কায়থোকপা
 বাবা তাবনি ।

অমরোমদা হীদাক লৈনবা শেলদগীসু এক্সাং চরা অমা লৈবনা
 লুবনা য়ারিবমথৈ ডাক্তর হীদাক য়াওদবা পুন্সি অদু থিবা তাবনি ।

লাইর-অনং অমনা হোসপিতালদা লায়েংনবা চংপা মতমদা
 মহাক্সা হোসপিতাল য়ৌনবা গাড়ী ভারা থিবা তাবনি, যৌরবসু
 অহানবগী মীংচল্লবা শেল পুথোক্তবা য়াদে । মীংচল্লবা মতুংদা
 কনাগুস্বা শেল লৈবা, অচৌ অশাংশিংগী অনাবনা থুনা য়েংবা,
 হোসপিতালদা লৈবা তারবসু, লৈফম থুনা ফংবদা লাইরব মাগীদি
 শরুক থুংবা মতম য়ান্না চংবনা মহাক য়ান্না বাবা তাই, হেন্না মতম

মাংবা শোয়দে ।

লায়েংবা হৌরে হায়না লৌরিবসি, অমুক শঙ্গ লৈজদবা
অনাবদি ওস্তোকা বানা চৎনরিবা মতমগী খোঙচৎ অসি উবদা
মীং নাবা, সুপ্তগী মতম লেনবা ওইনা হোসপিতালদা লৈগনি ।
করিগুস্তা খঙলে হায়রিবা ডাক্তরশিংনা অনাবা মখল অমত্তদা
তোঙান তোঙানবা অনাবগী মীং পিদুনা হীদাক কয়ারক
কাতুকারন থাবসু তোয়না থোকই । মরম অসিদা ডাক্তর হেক
হায়রগা লোয়নমক চপ মান্ননা ফবসু নংত্রি, মখোয়দা ঐখোয়না
অকনবা থাজবা অমখক লৈবগী ব্রাতনি ।

নিংশিংবা যাবদি ডাক্তর অমনা তাইফটনি হায়বা অনাবদু
ডাক্তর অমনা মেলেরিয়ানি হায়বা যাওই । ওল্লা তৈনবা হীদাক
থাবদগী শিব থুখিবগী পাউ তাদবা নত্তে ।

মীওইবগী হকচাংবু অনাবদগী কন্নবা, অনাবগী শেবানি খল্লা
লায়েংনবা সরকারনা ডাক্তর অমা শেম্বা হোংনদা অঙকপা ফংনা
শেল থাদবি । মখোয় অয়াম্বদি ডাক্তর হেক পাস তৌবগা
সরকারগী হোসপিতালশিংদা লৌশিন্দুনা থমলি । তলবকী মথক্তা
নন প্রক্টিসিং এলাওয়েলকী শেলফম হাপুনা পিরি । মসি মখোয়না
কবিদা শেল যাল্লা তান্দুনা অনাবা য়েংদনবা মখোয়না ডাক্তর অমা
ওইনা হোসপিতালদা নত্রগা দিসপেন্সরি অদুদা থব্বাই চঙনা মথৌ
নিংথিনা তৌনবনি । অদুবু লল্লাই শেল তান্দুনা লামেঙবদা
ডাক্তরদি থিবা ওমলরোই । লল্লী অসিদা চংশিলকপদা
কায়রক্লিবসি শেল লৌবগী মহাও অদু লৈবদগী সরকারগী তলব

অদু করিসু খল্লজবনা শেলগী রাখললোমদা মীংয়েং হেন্না
হায়জিনখিদুনা হোসপিতালদা মানা লায়ংবদা কোমথোকপা,
নিংখিনা শেল পিরগা কৌবা অদুগী অনাবদুনা খোয়জংনা
য়েংলগদ্রা অসিনি । অদুনদি শেল উদ্রবদি করিনো অমা উন্নরবা
মতম অসিদদি লায়রবা অনাবশিংনা তৌগদৌরিবসি করিনো ?

মতাং অসিদা সরকারনা ডাক্তর অমা তস্বদা শেল কয়া
খরচ তৌবগে খঙবা তঙাইফদবা লৈ ।

দিল্লিদা ফোঙবা নুংতিগী চেফোঙ টাইমস ওফ ইন্দিয়াদা
(১০/৮/৭৮ ইংদা) ডাক্তর অমা ওইনবা তস্বা মতমদা সরকারনা
পুথোক্লিবা খরচ অমগী রিপোর্ট অসুন্না পিরদুনা ফোঙপ্ত্রে ।

"It cost Rs. 1 Lakh to train a Doctor, "

" It cost about Rs. one lakh to train a Doctor.,
The Raja, sabha was informed to day.

Mr. J.P. Jadav, Minister of State for Health, told
Mr. S. Mahanty the preliminary study was con-
ducted by the central Bureau of Health intelligence
in June 1977 and March, April, this year in respect
of the Medical College, Simla, and Jawaharlal
Nehru Institute of graduate Medical Education and
research Pondicary.

According to this study, the cost works out to
Rs. 92,00 and 1,35,000 at Simla and Pondicary

based on the Expenditure incurred by these Colleges in 1975-76.

মিয়ামগী হকচাং লায়ংগদৌরিবা ডাক্তর অমগীদমক্তা চংলিবা শেলফম লুপা লিশিং ৯২ দগীনা লাক্ষ ১.৩৫ অসি সরকারনা খাদনুনা তমলবা, ডাক্তর ওইরবা মতুংদদি লনাই হরাই চেংরাই য়েনবা দুকানদার অমনা শেম্দ্দাংগীদমক পোং লৈবা লাক্লিবা মীওইশিংগা মনতিকুবগুন্না মীহ্নন হেক য়েংবগা, মনাক হেক যৌরুবদা লুপা ৫০ দগী তাদনা পিরবদি লায়রবা অনাবাশিংদদি কমদৌবা তাবনো ?

হীদাক্লা হকচাং অসি চপখায়দুনা মাঙহনবা, শেল কান্দবদা লংশেজুনা লায়র তানগদবগী শরুক্তা য়ারিবমথে ইশাবু চেকশিন্না শেম্জরগা অফাওবা ডাক্তর কয়ানসু য়ারবা হক্কী ঙ্গিশিং শিজিন্নদুনা নাদা য়েজুনা অমদি নারক্লবা ফাওবদা মদুদগী কন্নবা শেম শাবা য়ারবনি ।

হকী ঈশিং শিজিন্নরুদদা কান্নবা ফংথবা মীওইশিংগী বারোল

Brainoculosis, Paralysis

শ্রীফুরাইলাটপম দেবদত্ত শর্মা (চহী ৬০)

কৈশামথোং তোপ লৈরক,

শ্রীফুরাইলাটপম দেবদত্ত শর্মা, ইং কুমা ১৯৭৩ দগী (লায়না অমা) শাটৈ হৌবগুন্না অমসু লৈরস্বদগী বোম হেক তুবা গ্যান মাংবগী লায়না অমা নারমস্মী । মতম অসিদা মহাক ইন্সপেক্তর অফ স্কুল ওফিসকী কেরানি অমা ওইরি । মশা অসি অসুম শেস্থরকপগা লোয়না তোয়না তোয়না বান্হুবা গ্যান মাংবগী লায়না অসি লাকপনা ওফিসতা লৈরিঙৈদসু তোয়না তৌশিল্লকপা অদুগা করিগুন্না লস্বী চংলিঙৈ মতমদসু বান্হুবা অসি তৌরকপদগী গাড়িনা থেংলস্বা , তকে তৌবসি মশিং কয়ামুক শুখে, হায়না শ্রীফুরাইলাটপম দেবদত্ত শর্ম্মানা হায়বগা লোয়ননা মহাকী তমথিরবা লায়না হকী ঈশিংনা ফহনখিবগী মরিদা ঐগা নোংমা তাং ২৯/১০/১৯৮০ ইংদা বারী শানখিবদা মহাক্লা অসুন্না বারী তৌরকখি :

“ঐহাক্লা আইঃ এঃ তমলকপা মতম অদুদা চিন অসি খর চিংখিবগুন্না অনাবা অমদগী মদু ফনবা হীদাক অসুম চাদুনা লাকপনা ১৯৭৩ দগীদি শাবৈ হৌবগুন্না, অসুম লৈরস্বদগী খঙহৌদনা বান্হুবা

লৈমায়দা তাবগী লায়না হৌবকলক্ষী । চহি অসিগী মতুংদা
 অহ্মলক ৰাহুবা ৰা গাংবা যাদবা মী কৌবা গুমদবা চিন চিংথেজুনা
 নাকল অমদা পৈবা তৌবকলক্ষী । ঐনা ইনাক্তা লাকপা মী অমগী মশক
 লাকশিনবা গুমলমদে, অদুগা মমিং ফাওবা কৌগে তৌবকপদা
 নিংশিংবা গুমলজুবা থাক অদু যৌবক্লে । মতম অসিদা এলাং
 লৈকাইদা লৈবা ডাক্তব কুল্লখজদা চতুনা য়েংই । ডাক্তবনা ঐগী
 লায়নাসি ব্ৰেনেকিউলোসিসনি হায়বক্ষী । ১৯৭৮ অসিদদি ঐগী
 অনাব অসি অসুক্ষী মতিক ফিভম ফত্ৰে, মদুদি লক্ষী চংপা গুমলকত্ৰে,
 মদু ফনবা হায়দুনা ডাক্তবগী হীদাক মশিং খঙদনা চাবে, ইঞ্জেল্লন
 কাপলে । অদুবু ফবগী মছত্ৰা থোইনদুম হেঞ্জিলকই । ৰাহু পংথবা
 অসিগী মথক্তা নুংশংগী লায়না অমসু লোয়নবক্ষী । লায়না অসিনা
 খোঙ হাম্বদা অৱাবা অমা ওইবক্ষী ।

ঐগী ফীভম অসি অসুক্ষী মতিক ফত্ৰবা অসিদা ঐ হিংবগী
 আশা পুম্বমক থাদোকব্ৰবা মতমনি । মতম অসিদা উপায় লৈত্ৰবা
 ২০/১০/৭৮ ইংদা লমফেলগী বিজনেল মেদিকেল কলেজ
 হোসপিতালদা ইমুং মনুংনা পুখৎতুনা ঐবু লায়েংবা হৌবে ।
 হোসপিতালদা লৈবিঙৈ মতম আঁস ৰা গাংবা গুমদে অদুবু মীনা গাংবা
 মঠৈদি খঙই । ঐবু এলাংলৈকাইদা লৈবা ডাক্তব, এলাংবম
 কুল্লখজনা লায়েংই । ডাক্তব অসিনা অগুন্না শক্তিদা ফনবা হোংনৈ,
 হীদাক কয়ামকম থাই । অদুবু ঐগী ফিভমদি ফবগী মছত্ৰা অসুম
 হেঞ্জিল্লকলক্ষী । অদুদগী ডাক্তব অসিনা ঐগী অনাবসি মণিপুবদা য়েঙবা
 গুমলবোই অদুনা হোসপিতালদগী চংখিনবা হায়বক্ষী । ডাক্তব অসিনা
 য়েংনা য়েংনা ফত্ৰবা অসুম হেঞ্জিল্লকদা নোংমদি মহাক্তা “অনাবা

অসি য়েংবা ওমলরোই, হৌজিকমক রিলিজ তৌরবনি চংস্ত্রো” হায়না ইংরাজীনা অনি অহুমলক হায়খি । মদু ঐ খঙই, অদুবু খুন্না ওম্বগী শক্তি লৈরমদবনা খুন্না ওমখিদে ।

মদুদগী চহী অসিগী নবেস্বর থাদা ঐ হোসপিতালদগী থোরক্লে । মতুংদা ডাক্তর ফনা যান্না য়েংলুরবা, হীদাক মশিং খংদনা চাবদসু অসুম ফংচিল্লজুবা অদুদা হোসপিতালদগী যুম হেক যৌরকপগা হীদাক লিল্লি ময়ামদু লোয়না থুগায়রে । চৈরক অসিদা ঐগী লাইবক ফবদগী মীতৈ অহল অমগা থেংনবদগী হক্কী ঈশিং থকুনা ঐগী অনাবা অসি ফনবা হোংলবা বারী তৌবদগী ঐনা খুদক্তা হায়রিবসি থকুনা অমুজুংদি পুন্নি অসি কনবা ওমব্রা য়েংগে হায়না চপ য়ুংনা খনবা হৌখি । মতুং ১৯৭৯ জনুৱারী থানি, থা অসিদগী ঐ নুংতিগী ওইনা ফমুংদগী হৌগংত্রিঙৈদা অমুক্কী অহানবা চংলকপা হক্কী ঈশিং অদু গ্লাস অমমম থকপা হৌগংলম্মী । মসিগী অঙকপা ফলদি মথং অনিশুবা থা মার্চতগীদি ঐগী ৱাহুবা অনাবা অদু হৌরকখিদ্রে । হকচাং পঙথবা ফরক্লে । মদুদগী থাজবা অমগা লোয়ননা নুংতিগী ওইনা শিজিল্লরকপনা ওক্তোবর থাদদি হকচাং খর শোঞ্জবা নঙনা ৱাহুবা, মী মশক খংদবা, চিন পৈরস্বদু মাংস্ত্রে, অমুক হৌরকপা লৈখিদ্রে ।

অসুন্না ডাক্তরনা য়েংবা ওমলরোই হায়বা ব্রেনোকিউলোসিস অমদি পেরেলাইসিস, পুমফ ফরে ।”

ঐনা উল্লবা নুমিৎ ২৯/১০/৮০ ইং নুমিৎ অসিদদি শ্রীফুরাইলাটপম দেবদত্ত শৰ্ম্মা দা অনাবা অমত্তা লৈতবা মী ওইনা উরে । ৱারীদু নিংশিংলুরগা অঙকপা অমা ফাওখি । মখা শমথরদুনা

শ্রীফুরাইলাটপম দেবদত্ত শৰ্ম্মনা হায়রবিদি :

“ঐ হৌজিক শীঙ মোন ২/৩ খায়বদা চোকথবা লৈত্রে,
অনৌবা মপোক অমগুন্নে । অদুনা ইবুংঙো হকী ঈশিং অমুক ফবা
কদায়দগী লৌরুনি ।”

অসুন্না অশা লৈরমজ্ববা শ্রীফুরাইলাটপম দেবদত্ত শৰ্ম্মনা
অনাবা ফরকখিবগী বারী অদু য়ান্না নুংঙাইবা মওংদা লোয়শিনখি ।

Paralysis :- eye trouble, tooth-ache

হকচাং পঙথবা মীং নুংঙাইতবা, য়া নাবা

শ্রীনোংমাইথেম অটৌ সিংহ, (চহি ৬৭)

কৈশামথোঙ হোদাম লৈরক,

শ্রীনোংমাইথেম অটৌ সিংহ, অহল অসিনা নোংমা তাং ৩০/১০/
৮০ ইংদা মহাকী য়ুমগী মাস্কোলদা মশাগী খোঙ-খুং পঙথবা শিথবা,
মীং ফত্তবা, অমদি য়া নাবা (নোন্না) হকী ঈশিংনা ফগংহল্লকপগী
মতাংদা ঐঙোন্দা চেংনা হায়রকখিবদি :

“ইবুংঙো ইপা চহি ৬৭ শুরবনি, অহানবদা গাডি দাইভর ওইনা
লংফে ইফৈদা গাডী খৌরন্নি । ঐনা গাডীগী থবক পোংথাববা মতুং
১৯৭৯ গী হৌগংলকপা অদুরাইদগী হকচাং অসি ওছোকা নুংঙাইতবা
হৌরকখি । অহানবদা হকচাং অসি পঙথবা, খোং খুং পঙথবদগী
থাংবা য়াদবা হায়বা হুন্না ওমদবা হৌরকখি । অসুন্না হকচাং অসি
খংহৌদনা শাখিরবা লায়না অমনা নাশিল্লকপদগী ফিভম অসি অসুম
অসুম ফংলকুদুনা খোঙ, চিংবা থাঙবা য়াদবা অসুম হেনগংলকখি ।
মদুদগী ডাক্তর মথং মথং কৌদুনা য়েবা হৌরক্লে । হীদাক অবৈব

হেক হায়রিবমখে চারে, কাপলে অদুবু ফিভমদি নোংমা নোংমগী
 হেঞ্জিল্লক্রে, মমৈদা উপায় লৈতবদগী করি করি য়েংবা য়াবা লৈরি
 হায়দুনা থিবদা য়েতুন্না থিনবগী লায়েং অমা লৈ হায়দুনা য়েতুন্না
 থিনবগী লায়েং চংথরে । অরাবদি ফবগী মন্ত্তা ঐ অসি ইমুংদা
 লেঙদনা লৈবগী ফিভম অদুদা চঙশিল্লম্মী । মদুদগী করি উপায় লৈ
 হায়দুনা ঝল্লিঙৈদা মীতৈ পুয়া, “খমওই য়াংওই সেকনীং” পারুবদগী
 হক্কী ঈশিং থকপগী রা অমা থেংনরুবদগী ঐগী রাখলদা অহল
 লমনশিংনা হক্কী ঈশিং শিজিন্নরম্মগী রারী খঙনিং নিংশিংলজুনা ঐনা
 মদুদগী হক্কী ঈশিং থকপা অমদি অনৌবা হক্কী ঈশিং তৈবা
 হৌরকখিবসি জনুৱারী ২৮, ১৯৮০ ইংদগীনি ।

অদুবু অঙকপদি চংপা খোঙ থাংবা য়াবমদ্রবা ঐনা থা
 মাপলরোম হক্কী ঈশিং চুমনতগী অয়ুক য়াহৌরকপদা গ্লাস অমা
 থকপা নুমিদাং তৈবা অসিতনা হান্নগুন্না হকচাং অসি পুমফা ফাবা
 নত্রবসু চংপা খরা খর গুমলকপ অসিনা খংবদি ডাক্তব ১৫গী মথজ্ঞা
 য়েংত্রবা, মীতৈ মাইবা কয়াদা য়েংলিঙৈদা য়েংতুন্না থিনবগী লায়েং
 চংথরিঙৈদা মতমদগী ওহ্লেবুনা য়ান্না হেন্না হকচাং কনখংলে নুংঙাইবা
 ফংলে ।”

রাফম অসি তম্বগা লোয়ননা অহল অসিনা মাগী য়াখাদা
 তেকম্ববা য়া ৪গী মফম উংলদুনা মখা শমথদুনা কাংথোকখিবা
 রাফমশিংদি :

“ অদুগা অতোপা অমনা ঐগী য়া অসি নোমলে হায়দুনা
 ডাক্তরদা চতুনা য়েংথোকউবদা শংত্রবদি য়াররোই হায়না য়াখাগী

য়ামাঙ মরী শংস্ত্রে । মরি অসি শংস্ত্রবা মতুংদা হইয়া অমদি যাপঙদা
 অমুক নোমলকপা চিকলকপা তৌবদগী অমুকা য়াগী ডাক্তর অদুদা
 চংলুবদা মদুসু শংস্ত্রোক্রবা হায়রকখি । মতম অদু ঐনা হকী ঈশিং
 শিজিল্লবা হৌরক্কমদাইনি । অদুদগী ঐনা য়া অসি অসুম শংস্ত্রবদি
 মাঙবা তারে হায়দুনা নোম্ব নোম্বা, চিক্কা চিক্কা অসুম খাঙলকপনা
 মতুংদা ঐনা হকী ঈশিং থকপা হৌরকপদদি অনোস্বা য়াশিং অদু
 চেংশিনস্ত্রে, অদুগা চিক্কা ফরক্কে । খর খর অসুম ফরকপা অসিনা
 হৌজিক্তি য়া অসি নহাগী ময়াগুন্না ওস্তোক্রা চেংশিনস্ত্রে অঙকপনি ।

অদুগা ঐগী য়ীং অসি য়ান্না ফংলমদে অনেক য়াওদ্রবদি চংপা
 য়াদবগুম তৌরশ্মী, লাইরিক পাবসু অনেক য়াওদ্রবদি নুংঙাই রমদবদু
 নুংতিগী হকী ঈশিং হাপুনা চামথোকপদগী হৌজিক্তি অনেক য়াওদনা
 নুমিদাংরাইরমদসু লাইরিক পাবা ওমলে । অদুনা ঐনা থাজবদি ইপা-
 ইপুশিংনা থসীরস্বা তাকপীরস্বা হীদাক অসিদি মপা লৈত্রবা পুন্মজ্ঞগী
 অথোইবা ওইরন্নে হায়বসিনি ।”

Paralysis :

শ্রী ক্ষেত্রিময়ুম অমুবা (চহি ৪৯)

শিংজমৈ রাংমা ক্ষেত্রি লৈকায়,

শ্রীক্ষেত্রিময়ুম অমুবা খোঙ-খুং পংথবগী লায়না লাকপদগী মশা
 শোম্বরকপগা লোয়ননা খুং অনী হায়বা হুন্না য়াদবা, খোঙ থাংবদা
 লুমথরকপা লেং ওংপা অপনবা লাকপা অমদি চানিং থক্কা
 পোক্রক্তবদগী কাকৈথেল মনিংদা লৈবা ডাক্তর সরস্তা থা অহুমলোম
 লায়েংখি, ডাক্তর অসিনা মশানা শেন্সা হীদাক ফাওবা কাপুনা কন্না

হোৎনৈ অদুবু অরাবদি শ্রীঅমুবগী খোঙ খুং মরক মরক্তা
 পোমখংলকপা শিথবা পঙথবা হেঙংলকখি । মদুদা ডাক্তরনা শিংলি
 খরা থবক তৌদবা যাওরে হায়খি । মতুংদা আশা কয়া উরক্তবদা
 নোংমা জুলাই ২০, ১৯৮০ ইংদা ঐগী ইয়ান্না অসিগা উল্লবদগী
 মহাক্সা শোল্লিবা ফিভম অদুদা নুংঙাইতবদগী হক্কী ঈশিং থকপা অমদি
 তৈরবদি কান্নবা ফংগনি, হায়না ঐনা হায়বদগী নোং হেক ঙানবা,
 মথংগী নুমিৎকী অয়ুক্তগী হক্কী ঈশিং খুজোক ১/২ থকপা হৌরকখি ।
 লোয়ননা তৈননবগীদমক লিক্লি অমদা হক্কী ঈশিং তুংশিনবা হৌরকখি ।

থকপা তৈবসি অসুম চংথরকপনা চয়োল অমগী মতুংদা ঐগা
 উল্লবদা শ্রীঅমুবনা হায়খিবদি চাবা থকপদি যান্না তুমলে, নুমিদাং চাক
 চানিংলমদবা অদু লৈত্রে অদুবু খুং-শা খোঙনচিংবগী মতাংদদি থোয়না
 কন্নবা ফংদে, হায়না মখা তারম্মী অদুদগী ঐনা তাদা মখা তানা
 চংথবিখো অরিব অনাবনিনা পাক হেক ফবা ঙমলোয় ঙমলবদি হক্কী
 ঈশিং থজুনা চরা হেঙ্গোল্লবদি অসুক কান্নৈ হায়বা খংনগনি হায়রম্মী ।

মতাং অদুদা শ্রীঅমুবনা হায়খি চরা হেনবগী রাফম অসি
 থাংজিলকপদা ইয়ান্নসিনা হকচাং অসি শোল্লিবসিগী মওং অসিদা চরা
 হেনবা ঙমদে, চাক হেক চহৌদ্রবদি লৈরা ঙমদে । ঐনা অদু
 ওইরবদি তাদা, চাঙ্কু চাং কক্সা চাবিয়ু অদুগা হান্নগী চংথরিবা পরিং
 অদুম্মক চংথবিখো হায়দুনা ঙাংনরুরবা মতুংদা ইচিল ইনাও কায়নরে ।

মতুং ১৯৮০ গী চহি অদুমক্কী ওক্সোবর ২১ লৈবাকপোকপা
 নুমিত্তা অমুক উল্লবা মতমদদি তাদ অসিগা বারী হেক শান্নজিটৈঙ
 মমাঙদা মহাক্কী মশক ওল্লবা কুচু পাহোল্লবা থেংনবদা ঐ অঙকপা অমা

পোকখি । নুমিং অসিদা শ্রীঅমুবনা হায়খি :

“ইবুংঙো ইয়ান্না হৌজিক্তি হকচাং ফনা যান্না নুংঙাইরে ।
হৌজিক্তি তোঙানবা গ্লাস অমসু থমদুনা নুংতিগী অমুক অমদি
নুমিদাংদা হকী ঈশিং থক্লে । মসিনা অসুকী মতিক কান্নবা পিরে -
মদুদি খুং অসি তিংথোক তিংশিন যান্না কোমনা যারে, থবক শুবা
ঙমলক্লে হান্নদি তিংথোকপা বারম্বনি । খোঙগী খোঙশাদা, খোংপাক্তা
পোমখংলম্বা লৈখিদ্বে । কুচু ফজথোক্লে । হান্নদি মুশিল্লম্বনি ।
অতোপ্লা অমনা তুম্বা যাদবা, তুম্বা থেম্বা হোংনবদা অরাবা অমা
ওইরম্বদো লৈত্বে । লোক থুংবা খোংপা লৈখিদ্বে । করিগুম্বদা
নাতোন্দা নপ মহিলাংবা তত্তনা তাবা লোয়ননা নাতোন ফুনবদুসু
দ্রোপ ৩/৪ খাদখিবদা ইহো হোরে । মসি স্বায়দগী ফবা হীদাক্কী,
অঙকপা হীদাক্কি ।”

অসুম ডাক্তরনা ইঞ্জেকসন কান্নদগী খুং খোঙ পঙথবা
হেল্লক্লেবা শ্রী অমুবা আশা লৈরমদুবা থা ৩ শুরকপদা খর ফগংলকপা
ঙমখি । হৌজিক অমুবা খোঙউপ তোংবা যারমদবা, খোঙউপ হেক
উপ্লুরগা খোঙকাপ ৫০/৬০ দং চংলুরবদা খোঙ পোমখংলকপা মদুনা
মরম ওইদুনা ফেনাট তোংদুনা লেল্লম্বদু হৌজিক্তি নোংমা পুরা
খোঙউপ তোংদুনা চংপদা করিসু অকায়াবা লৈত্বে । শ্রীঅমুবা চহী
খরদি হিংলমলবা মতুংদা থম্মোইগী লায়না অমদগী লৈখিদ্বে ।

Piles

নুংখং

শ্রীশগোলশেম ইবোতোদ্বী মঙাং (চহি ৫০)

হকী ঈশিংনা লিয়েংবা

শিংজমৈ বাংমা ভৈগ্যাবতি লৈকায়,

শ্রীশগোলশেম ইবোতোম্বী মঙাং চহি ২ রোমগী মমাঙদগী হকী
ঈশিং শিজিন্নরখি হায়না মহাক্সা উন্নবা মতমদা ফোঙদোক্কদুনা হকী
ঈশিং মশাদা কান্নবা পীরকপগী মতাংদা অসুয়া হায় :

“চহি ২ রোমঙুরে হকী ঈশিং অমুকী অমদি নুমিদাংদা খুজোক
২/৩ (১৯৮০দা) রোম শিজিন্নরকপা । ঈশিং অসি শিজিন্নরকপদগী
মরক মবক্তা কোক চিক্সা লেপত্রে । হকচাং অসি নুংঙায়তবা খংলক্তে ।
মরু ওইনা অকনবা নুংশং লৈবদু খরা ফত্রে, হেন্দোরক্তে । যা চিকপা
খোংপা পুমফা ফত্রে । মসি শিজিন্নবা হৌখিবসি মীতৈ অহল অমনা
তাক্সদগী থকপা হৌরকপসিনা চহি ২ রোমদং ওইরক্সবসু খোঙ-খুং,
পোম্বা তংবদা শান্ন-খোংনবদা থেংজিনবদগী পোমখংপনচিংবদ
তৈবদি অঙাং ওইরিঙৈদগী হৌরকখিবনি । মাইকৈ অসোমদদি ওস্তোকা
কান্নত্রে ।

অসিদগী ঐখোয়না খঙবা ওম্বদি অহল লমনশিংগী মরক্তা হকী
ঈশিং শিজিন্নদুনা মশাগী লায়নাদগী ঙাকথোফুনা লৈরক্সি । ঈশিং অসি
শিজিন্নবদা অয়াম্বনা কান্নবা ফংনরি হায়বসু মখোয়গী বাইহেশিংদগী
লায়না খঙবা ওমলে ।

শ্রী চোংথাম য়ায়ফব (চহি ৭০)

উরিপোক শিংজুবুং,

শ্রীচোংথাম য়ায়ফব চহি ৭০, উরিপোক শিংজুবুংদা লৈবা মীতৈ
অহল অসিগা উন্নদুনা হকী ঈশিং শিজিন্নবগী মতাংদা বারি শান্নব্বা
মতমদা ঈশিং অসিদি মমল নাইদ্রবা শিদা হীদাক্সি হায়না তম্বীরকপগা

লোয়ননা অহল অসিনা মশাগীদা লৈরম্বা “খমওই গাংওই শেকনীং”
পুয়া অদুগী মতাঙদা অমদি হকী ঈশিং শিজিন্নৌ হায়না পল্লমবা
তাংকক অদু পুথোক্তুনা ঐঙোন্দা উৎলদুনা হায়বিরকখিবদি :

“মীতৈ অহল লমনশিংনা হকী ঈশিং শিজিন্নরকখিবসি
থাংজেশেংনা হায়বা তারবদি চহি লিশিং ওগী মথক্তগীনি হায়না
লৌগনি ।

মরমদি খৃষ্ট পোকট্রিঙেগী মমাঙদগী মীতৈগী কুমশিং ইবা মশিং
থিবা হৌত্তে । মীতৈগী চহি কুমশিং অসি ৩০৭৮ শুবে অদুগা খৃষ্টদি
১৯৮০ তনি । হায়রিবা ৩০৭৮ অসিগী মমাঙদগী ইরমলে হায়না
লৌনরবা “খমওই গাংওই সেকনীং” হায়রিবা পুয়া অসিদা হকী ঈশিং
শিজিন্নবগী লম্বী তাক্লমলবনিনা মীতৈনা মৈহৌবোন্দগী হকী ঈশিং
শিজিন্নদুনা মীগী মশাবু অনা অয়েক লাক্লবসু মদুদগী কান্নবা হকী
ঈশিং অসি লুমা লৌনরম্বী হায়বসিনি ।

ঐ ইশাগী ওইনা শিজিন্নবপসি চহি ২৫ গী মথক্তা লৈত্তে ।
মসি হেক শিজিন্নরকপদগী নাবা যেকপা অমত্তা তৌবক্তি । হৌজিক
হকচাং অসি ওম্বোক্তা গাংনা নুংঙাইনা লৈবি । অদুগা ইপাগীদি হকচাং
মপান্দা থাংনা তেন্না নত্রগা করিগুম্বা অমনা হেক শোকখিবগা হকী
ঈশিং তোয়না তোয়না থোম্বদা য়াম্মা থুনা অশোকপা তাইশিল্লি । ঐনা
থেংনরক্লিবা হকী ঈশিংগী কান্নবসি মমল লৈত্রবা পোংনি । চহি ৭০
শুরবসু হকচাংসি লমজেল কল্লা চেনবদা করিসু কিদবা পোকই ।
ঈশিং অসিদি স্বায়দগী ফরবা মমল নাইত্রবা পোংশক অর্মান ।

মীতৈশিংনা, ইপা ইপুশিংনা থম্বীবম্বা লন অসি মশক
হকী ঈশিংনা লিয়েংবা

খন্দবদগী অরেন্দা ডাক্তরগী গুলী চানবা তাম্লে । অওইবমক্তি
ডাক্তরগী গুলী কয়ানা ফংবা ওমদ্রবা মগুন অদো হক্কী ঈশিংদা
য়াওবনি । মসি মীপুম খুদিংনা শিজিন্নদুনা মতম চাদনা লায়না লাকপা
ঙাকথোকপা অমদি হকচাং চহী মতাং মতাংগী চপ চাবা পাজল ম্যাংদনা
লৈনবা পুলি নুংশাংনা লৈনবা হোংনগদবনি ।”

অহল অসি চহী ৭০ শুজরবসু য়েংবদা চহি ৬০ রোমগী
চাংদা লৈবা মাল্লি । মাশা য়ায়া খিংই । মশা চেকশিন্না উই । অদুগা
মহাক্সা হায়রকপগী মনুংদা হক্কী ঈশিং শিজিন্নবা, মীত্তা হক্কী ঈশিংনা
থাদোকপসিনা লাইরিকনচিংবা পাবদা শেংনা উবা নুংঙাইবা হেল্লকই
হায়বসিসু অমনি ।

অসুয়া চহি ৭০ শুরবা অহল অসি মশা কল্লা, খিংনা অমদি
নাদ য়েত্তনা চহী অদুগা য়েংনরুংবদা নহা ওইনা উরিবসি হক্কী
ঈশিংগী মপান্দগীনি হায়বসি মশাগী রাইহেদগী অমদি মশাগী
শক্তমদগী খঙবা ওমই ।

Blood Pressure

শ্রী লাইশ্রম ইবোবী (চহি ৪৭)

থাংমৈবন্দ লৌরুং পুরেল লৈকাই,

থাংমৈবন্দ লৌরুং পুরেল লৈকাই দা লৈবা শ্রী লাইশ্রম ইবোবী (চহি
৪৭) ইয়াস্বা অসি তাং ২৩/২/১৯৮২ ইংদা ঐ ইশাগা উল্লখি ।
ইয়াস্বানা মহাক্সা করল্লা ব্লদ প্রেসরগী লায়না নারকপা অমসুং থাজদনা
ঈশিং শিজিন্নদুনা ফরকপগী মতাং অমগী বারী লিখি ।

তাদা ইবোবীনা উন্নবা অদুদা মখাগী অসুয়া নিংশিংলকই :

“ঐহাক হকচাংদা জিং-জিং লাওবা, পঙথবা, খোঙন চংপা
ওমদবদগী নুমিদাং অম (১৯৭৯ গী জনুৱাৰী থাদা) ডাক্তরদা পুদুনা
চংখি । মদুদগী ডাক্তরগী হীদাক চাবা হৌৱে । মতম অদু,
খোঙনা চংপা ফাওবা ওমদে । ডাক্তরদা য়ারিবমখে য়েংই । থাগী
তলব লুপা ৭০০/- অদু হীদাক্তা পুন্নপ থাদবনি । অদুবু লায়না
অসি ফবা মৱৈৱবদা তাং ১৩/১২/১৯৮১ ইংদা মদ্রাজগী ভেলরদা
মখা তানা লায়ংবা চংলি ।

মফম অদুদা থা অমা চুপ্পা লায়ংবদা লুপা ৫০০০/- লোম
খরচ তৌখি । হকচাংদি কৱিগুন্না মখলগী ফগংপগী খুদম ফংখিদে ।
ইম্ফাল দা লৈৱিঙৈগী ফিতমদগী হেন্না ফত্ৰে । ফগংলত্ৰব অদুদগী
চয়োল ওগী হীদাক লৈৱগা হল্পক্লে । হোসপিটাল অদুদা বিঃ পিঃ
অসি কৱিদগী লাকপনো হায়বা ওমদে, সাইকোলোজি দিপাৰ্টমেন্টতা
য়েংউ হায় । এঞ্জৱেসু য়ায়া তোয়না য়েংই ।

ইং কুমজা ১৯৮২ গী জনুৱাৰী ২০ দদি ভেল্লরদগী লৈৱকপা
হীদাক লোইথোকপ্তে । হায়ৱিবা হীদাকশিংদু ইম্ফালদা অমত্তা ফংদে ।

মতুংদা “হকী ঈশিংনা লায়ংবা” লাইবক অসি ফংবদগী হকী
ঈশিং নোংমদা অনিৱক থাফুনা লায়ংবা হৌই । চয়োল অমগী
মনুংদা ওক লেঙবা য়াৱমদবদু খর খর লেঙবা য়াৱকখি, লোয়ননা
হকচাংদা জিং-জিং লাওবসু ফরকখি । অদুবু ভেলরদগী ওকশমগী
গাৰ্ড “নেকগাৰ্ড” লোয়নৱকপদুদি লৌথোকপা খক য়াদে ।

ইয়ান্না অসিনা অহানবদা আশা ইউ উৰুদ্রবা মতুংদগী খৱা

ফগৎলবা মতুংদা তাং ২৫-৬-১৯৮৩ ইংদা ঐনা মহাকী অনাবগী
মরমদা অমুক হ্না উন্নখি । মতাং অদুদা অসুয়া অমুক পাওদমখি :

“হকী ঈশিং শিজিন্নবদগী ইবুংঙো ইয়াস্বগী হকচাংসি ফনা
নিংখিনা ফগৎলে, নেক গার্ড লৌথোক্লে । হ্না থবক শুবা নোন্স্বা
য়াবমদবু যারে । হকচাং ফনা নিংখিনা নুংঙাইরে, চাস্মাদা ৯৯ গী
চাংদি ফরবা নিংলে । তাদগী রাফম খরসি তাববা মতুংদা ইচিল ইনাও
ঙৈহাক ঈশিং অসি শিজিন্নবগী মতাংদা বারী মখা তানা অমুক শাল্লখি
অমদি ইয়াস্বনসু অনাবদু মতুংদদি পুমকোক কোক্লগদ্রা হায়বগী
থাজবা ফোঙদোকখি ।

শ্রীকোলম নেত্রো (চহি ৪০)

শ্রীকোলম নেত্রো চহি ৪০, চহি ১২ রোম বন্দ প্রেসরনা নাবদগী
অরাবা অমা ওইদুনা মতম কুইনা লাক্লবদা হকী ঈশিং তৈরগা
নোইবদগী অঙকপা মই ফংলকখি হায়বগী মতাংদা ত্রোংলাওবী,
মোইরাং লমখায়দা লৈবা অয়ুববেদ ওসিদলাইগী সেক্রিটরি
শ্রীওইনাম দয়ানিখিনা ৩১/৮/১৯৮১ ইংদা পাওদমখি ।

শ্রীদয়ানিখিনা অসুয়া পাউ পীরমই, তাং ২০/৮/১৯৮০ ইংদা
শ্রীকোলম নেত্রো হকী ঈশিং হকচাংদা তৈরগা নোয়বা হৌখি, মসি
“হকী ঈশিংনা লায়েংবা” লাইবিক অসি ফংবদগী চখাখবা চাংয়েংনি ।

নুমিৎ ৮নি চংবা (চনবা নুমিৎ) হায়বদি তাং ২৭/৮/
১৯৮১দা ফংবা হকী ঈশিং তৈবগী মই অদু অঙকপনি । নুমিৎ
৭নি তৈবগা নোইবদুদগী তেমপবেচব মহৌশগী চাংদা হুইখি,
মহাকী হকচাংদু হায়ফম খংদনা নুংঙাইখি ।

শ্রীখুরাইজম উলেন (চহি ৩৪)

তেবা সাপম লৈবক,

শ্রীখুরাইজম উলেন, তেবা সাপম লৈবক্তা লৈবা নহা অসিগী
ওইথংবা পুক নাকন্দা শিংলি অমা চাওনা হৌগৎলজুনা লৈবদগী
লেঙবা খোৎপা, চেপ্পা যাদুনা তশেংনা খাংঙমদ্রবা অরাবা অনাবা
অমা ওইখি ।

অসিগুহ্ম নাটৈ চাদ্রবা অনাবা অমা লাকপগী মতাংদা
শ্রীউলেনগা ইহাক্কা তাং ১৩/৯/১৯৮১ দা উন্নবদা মহাক্কা হায়খি,
শিংলি অমা মীৎনা উনা উন্না চাওখৎতুনা লৈবদগী লেঙবা অমদি চেপ্পা
যাবজ্রবদা “হক্কা ঈশিংনা লায়েংবা” লাইলিক অসি ফঙবদগী
(অহানবা খুৎনমগী) মে, থা ১৯৮১ ইংদগী হক্কা ঈশিং থকপা অদগা
পুজা তৈবগা নোইবদগী জুন থাদা পুমযা ফখি ।

শ্রীউলেনা মখা তাবদুনা হায়াখ, নাটৈ চাদনা পুজা ‘ম’
চাওখৎলজুনা অকিবা মওং অমা লাকপসিদগী অহানবদা মাইবনা ‘ম’
তৌদুনা পুক শুবগা ফগনি হায়বদগী লাই খুৎমই- ওদুবু হুনা কৌনা
মনৈখিদে ।

মশাদা লাকখবা অথুবা অনাবদু খুনা ফ’খবগা লোখনা,
শ্রীউলেনা অতোপ্পা মহাক্কা মমানবা অমসু হক্কা ঈশিংনা কাননা
পীখিবগী মতাংদা অসুম্মা পাওদমখি “সওমবুংদা লৈবা শ্রীওইনাং
ইবোমচা কৌবা ঈগী মকপ অমসু চাকখাওগী লায়না লৈবদা হক্কা
ঈশিং থকপদগী হানাদগী ফনা নিংখিনা ফবক্কে ।”

ব্লদ প্ৰেসৰ, চাকখাওগী লায়না

শ্ৰীখাইদেম (ললিত, চহী ২৮)

উৰিপোক গোপালদেব তৌরাংবম লৈকাই,

ইং কুমজা ১৯৮১ গী ওজোবৰ তাং ১৭ তা মহাকী লায়নাশিং
থাজদনা ফরকপগী মতাংদা শ্ৰীখাইদেম ললিত চহী ২৮ ইমপ্লোই,
ষ্টেটবেঙ্ক (সেক্ৰেটৰিয়েট ব্ৰাঞ্চ) উৰিপোক গোপালদেব তৌরাংবম
লৈকাইদা লৈবনা ঐগা উল্লবা মতমদা শীখিবা বারোলদি : “ঐ অসি
নহা ওইনা ব্লদ প্ৰেসৰ লৈবদগী তোয়না পঙথবা হৌই, তোয়না
হোসপিতালদা পুই । মরমক অসিদা চাকখাও চাথংপা (অলসৰ) সু
লোয়নৈ । ঐহাক চাক চাবা যাদে শঙ্কোম খরগুমবা চাদুনা য়েংই, চহি
২ রোম লায়ংবদা লুপা লিশিং ২ রোম হেন্না খরস তৌশ্বে । অদুবু
ফবদি মৰৈখিদি ।

“হকী ঈশিংনা লায়ংবা” লাইরিক অসি ফংবদগী থা ৪ রোম
শুৰে হকী ঈশিং নোংমদা ৩ লক থকপদগী প্ৰেসৰ ১৩০ দগী ১২০
দা হস্থরমলে । মসিসু থা অমগী মমাংদা য়েংবদা লৈখিবনি । হৌজিক
চাক চাবা য়ারে অলসল ফনা নিংখিনা ফবে ।

অহানবা উল্লখিবা অসিগী মতুং চহি ১ রোম লৈরগা
শ্ৰীললিতকা অমুক উল্লবদদি মহাক্লা কোক ঙাওরন্বা পুমফা ফখিবা,
পঙথদুনা তুবা অমুক হেন্না তৌরক্তবা অদুগা চাক নিংখিনা চাবা য়ারে,
হায়রদুনা হকী ঈশিংনা মহাকী তমথিৰবা লায়না ২ দু ফহনখিবগী
নুংঙাইবা ফোঙদোকখি ।

হকী ঈশিংনা কামবা পীবা অনাবশিং

কেজর, টিঃ বিঃ, থম্মাইগী লায়না, পুক্রিংগী লায়না, শিংলিদা ঈ চেনবা থিংবা, হকচাংগী শরুজা পঙথবা, শিথবা, ঈ শেংদবা, নুপী নুপা ফমদিনরুবদগী লৌনরকপা লায়না, ফিভম কায়না নাবা, অথিফমদা নাবা, মীৎকী লায়না, ঈশিং খাওদা নাবা, নিংশিংবগী শক্তি ব্রাংপা, অঙাং খাওদা নাবা, পুজা ঈশংগী শবক লৈদুনা কংখংপা, শিংলি পঙথবা, নাগী লায়না, চিল-লৈ চাথংপা, যা নাবা-চিকপা, নোম্বা য়ারী যাথোং চাথংপা, খৌনাওগী লায়না তোনশিল, চাবা তুমদবা নুপীগী থাগী খোঙকাপ কায়বা, ব্লদ প্রেসর, চখাওদা অশিনবা কাবা, খৌবিদা নাবা, পুক থিনবা, খুংহিং, লায়কোই, ফী লায়কোই, লাইচাক, উল্লা মচু ওনবা, মবেক মহাও মাঙবা, লাইথুং (লেপ্ৰোসিস), তুম্বা যাদবা, অহাঁংদা ফক্সী চংপা, নুংশং ঈ তাবা, শব শোনবা, চাকখাও চাথংপা, উরিং, ঈশিং পুকচংপা, ঈশিং মবীগী লায়না, হাবা কংখু, শোব হোনবদা বেরা তৌবা ।

হকচাং নাদা য়েজনা থম্বা

শৌগাইজম তোম্বা সিংহ, চহী ৮৭

শ্রীসৌগাইজম তোম্বা (চহী ৮৭) শিংজমৈ মথক থোকচোম লৈকাইদা লৈবনি । খুবা ইবুংঙাগা তাং ৪ / ৬ / ২০০০ ইংগী অয়ুক পুং ১২ তাবদা মহাকী যুমদা উন্নদুনা হকী ঈশিং শিজিন্নবগী রাবি শান্নরুই । উন্নথিবা অদুদা মহাক্সা হায়বকখিবদি “ঐহাক অঙাং ওইরিঙে, চাওরাক্সা চহী ৬/৭ অদুৱাইদগী অপোকপা অহল-লমন্না তন্নীরন্বদগী হকী ঈশিং শিজিন্নবা হৌথি । মতমদুদগী হৌদুনা নোংমগী

অযুক অঙনবদা অহানবা লাকপা হকী ঈশিং অদু থজুনা হৌজিক ফাওবা লাক্লি । মসি অঙকপা শিদা হীদাক অমনি । মসি শিজিন্নবদা হকচাংদা অসুকী মতিক কানৈ হায়বদু খঙই । মীতৈগী অহল-লমনশিংনা হায়বদি লাই হাজুগী হকী ঈশিং শিজিন্নবগী বা লৈ । অদুবু কদাই ফাওবা কান্নবগে, অমসুং কয়ান্না অফ-ফত্তা ওইবগে হায়বদুমদি, ইবুংঙোনা লাইরিক ওইনা ‘হকী ঈশিংনা লায়েংবা’ পুথোকপীরকপীবদগী খঙবা ওম্বনি । হকী ঈশিংবু শিজিন্ননিংবা মীওইশিংদা মচা খায়না খঙহল্লে । মসি অফবা সেবা অমনি” ।

খুরা ইবুংঙোগা উল্লজবা মতমসিদা, মহাক মশাগী চহীদুগা য়েংনবদা হেন্না মশা খিঙই; মীং-না শিংই, অনোক য়াওদনা লাইবিক পাবা ওম্বী । মহাক্লা মখা নোৎলদুনা হায়, “চহী মতাংসিদা মহাক্লা মশাগী চহীদগী হেন্না নহা ওইনা উবিবসি হকী ঈশিং শিজিন্নবদগীনি । অদুগা সনাতেন, হকী ঈশিং শিজিন্নবসিগী মতাঙদদি মশানা পামজদবা মীদদি তাকলুবগী কান্নরোয়; মরমদি মখোযনা হান্না ফত্তবা পোৎনি হায়না লৌবনা । অমরোমদা মসিবু শিজিন্নরগা কান্নবা খঙলিবা মীদুদি অদুম থাদোকপা ওমলোযদবা পোৎনি । মমাংগৈগী অহল -লমনশিংনা হায়বদুদা, হকী ঈশিং অসি দ্রোপ ১/২ দং লৌরগা চৎথোকলমদাইদা লাইবজ্ঞা নমলগা খোঙশানব্রবদি অশোয়-অঙাম অমদি খুদোংথিবা পাক থোকলোয়, অসিনি । ইশাদা তৈশিল্লগা চৎথিবদা লমদা লাই ওক্লবা-খোৎপা লৈতেসু তাকপীরম্বী । অঙাং মশা শাগৎপদা খুরা পীথক্লগা মশাদা তৈদুনা নোইরবদি থুনা ফহনবগী রাফমসু অহল-লমনশিংনা নিংশিংবীরম্বী ।” খুবা ইবুংঙো, ১৯৭৫/৭৬ ইংদা মণিপুর সবকারগী মখাদা হেড ক্লাক ওইরবদগী থবজুগী পোথারকখিবনি ।

আমষ্টোঙ কমদৌনা মশা লায়েংখি

করিদগী “ব্রাতর ওফ লাইফ” ইখিবা ?

সাইল নত্রগা লিটরেচরগী নোভেল প্রাইজ ফংখিবশিং অদু ইনং হেক নত্রবসু, পৃথিবীদা করিগুহ্মা অনৌবা পোং অমা পুথোকখিবা মী অমগুন্না ঐশোয়না য়ালা পাক চাওনা হকী ঈশিংনা লায়েংববু হিংগংহল্লম্বা থরায় হাপলম্বা, জে. দল্লিযু আমষ্টোঙবু খংদ্রগসু হকী ঈশিং শিজিল্লবগী লম অসিদা খোঙদারল্লম্বা মতুংদা মাবু নিংশিংদবা ইয়া মক য়ারক্তে । মহাক্লা কা হেনা মখি ফোংখিদবনা মাগী মমীং মাইকৈ সলাই শিন থুংনা তাদ্রবসু, লায়েং অসি করল্লা মহাক্লা হিংগংহনখিবগে ঋঙবদা য়ালা নুংঙাইবা পোকনি । অহানবদা বিলাততা পোকপা ইংলিস মচা অসিনা মশামক্তা মশাগী ঈশিংনা লায়েংবগী চাংয়েঙ চংথবা হৌখি । মহাকী অহানবা অনাবদু মশামক নত্তনা অতৈ অমা ওইবমদে । মশাদা চাংয়েঙবদা যপুং ফানা মায় পাল্লবা মতুংদা ১৯৪৪ দা মহাক্লা “ব্রাতর ওফ লাইফ” ইদুনা ফোঙখিবনি ।

আমষ্টোঙনা হকী ঈশিংনা লায়েংবা হৌখিবসি নিংশিংলুবদি য়ালা নুংঙাইবা বারী অমা ওইনা লৈগনি । অহানবা পৃথিবীগী লাজ্ঞাও মনুংদা মহাক মশাগী চহি ৩৪ শুরে । মতম অদুদা মহাকী মশা অসি মেডিকেল একজামিনেসন তৌদুনা য়েংখোকলমই । য়েংলুবদা ডাক্তর মেরিনা, মহাক যক্ষাব পক্লে অদুনা য়েঙবা ঙ্মলরোই হায়না

হকী ঈশিংনা লায়েংবা

থাদোকলমই । মদুদগী মথোয়না মহাকী হকচাং অসি ডাক্তর অমগী
পাওতাক মখাদা লৈবনা হেন্না ফরগনি হায়রমই ।

মথংদা আমষ্ট্রোঙনা স্পীসিয়েলিষ্ট অমগা তান্নরুই । ডাক্তর
অদুনা মঙোন্দা যক্ষারদগী অমুক্কা হেন্না চেকশিনগদবনি হকচাং মনুংদা
নপ অমদি লোক হেন্না লৈবা অদুনা অমুক্কা হেন্না চেকশিন্দুনা লৈবা,
মরু ওইনা অফবা নুংশিং নুংশা যাইবা অফবা চীঞ্জাক চানবা পাওতাক
অদু পীরক্কাশ্মী । মহাক্কা ডাক্তরগী পাওতাক অদু ইল্লমই । চহী অসিগী
মনুংদা মশাগী অরুন্না পাউন্ড ২ হেনগৎলশ্মী । লায়েং অদুদা
পেনদবদগী অতোপ্পা স্পীসিয়েলিস্ত অমগা অমুক তান্নরশ্মী । মহাক্কা
থবোশ্বী শোকে হায়রশ্মী । মদুগী মতুংদদি ঈশিং পুকচৎপসু
য়াওশিল্লজুনা মশাদু ওহোকা নুংঙাইতবগী ফীভমদা লৈরক্কাশ্মী । ফিভম
অসিনা মরম ওইদুনা চয়োল অমগী মনুংদা নুমিং ৪ নিদি ঈশিং
থজুনা চরা হেনবা তারশ্মী । মসি ডাক্তরনা মঙোন্দা চিনি অমদি
চনাংগী শরুক থাদোকউ হায়বদগীনি । লেমহৌরিবা নুমিং ৩ নি
অদুনা মমিংতা ওইবা চরা চাদুনা খাঙলশ্মী । মদুসু অরাম খৌরাংবা
য়ান্না পোন্ধবা মতমদতা চাবনি । খরদং চাগদবদুসু চিল-লৈ নমথিবা,
য়া চিকপা, য়ারি পোন্না অমদি লৈ পোমখৎলকপা ইশায় শায়দনা য়ান্না
থুনা চাকখাও যৌনা য়োৎশিনবা তারশ্মী । অসি যৌরবা ফিভম অসিদা
অমুকসু তুন্না যাদবা, শিংলিগী লায়নাগী মথেল অমসু হাপচিল্লক্কাশ্মী ।
মসি চয়োল ১৬ রোম লৈবশ্মী । হায়রিবশিং অসিগী ফলনা লোক
খুবা নপ, তিল তাবা অমদি নিংজোন্দা পঙথবা লাক্কে ।

লায়েং লায়েংনা মখল মখলগী অনাবা হাপচিল্লকপসি চহি ২

বোম ফাজিলকলবদা আমষ্টোঙনা ডোক্তব থাজবগী ৰাফম লৈবক্ৰে,
 উপাই লৈবক্ৰদুনা মশা মতোমতগী ৰাখলনা অনাবা কোকনবা লম্বী
 থিবা হৌবক্ৰে । নিঙবা কাযববা আমষ্টোঙনা বাইবলগী কম্প বীদা
 যাওবিবা ৰাইহে “দ্রিষ্ট ৰাটব ওফ থিন সিষ্টন” অদু নিংশিংলকপগা
 লোযননা নুপা অমনা মচানুপীগী খৌনাওগী লায়না অমদা হক্কী ঈশিং
 পীথক্ৰুনা নুমিং ও নগী মনুংদা অনালা ফহনখিবা অমগী মতাং
 বাখলদা ফাওবক্ৰম্বী । মথং মথং ওইনা মহাক্ৰা অতোপ্পা মশা নাপু
 কালবা মীশক অমসু হক্কী ঈশিং ফাজিলদনা লায়না অসি পুমকোক
 কোকহনখিবদু নিংশিংলক্ৰে ।

মদুদগী মানা বাইবলদা পীবিবাস মঠে অমা ২২এ হক্কী ঈশিং
 ওহবগনি, চপ নুনা খনলগা লোযননা, অতোপ্পা থাজবা অমনা
 মসু চেংনা পুনশন্দনা আমষ্টোঙনা পাকবগী মাপ্ৰইবনা নুমিং ১১নি
 টাপ্তক ফাওদন লৈবদা শিবগী খযান্তা তাবগী বাফমদু লৈনা মহাব্ৰ।
 নুমিং ৪৫ নি শুপুশী হক্কী ঈশিং অমাদ চুমখোক্ৰব। ঈশিংতগা থক্ৰুনা
 লেল্লম্বী । চবা হেনবগা ইবোইননা মশা অপম্বদু অৰীবা য়োল
 অমদগী তাদনা থমলুববা হক্কী ঈশিংনা তৈদুনা নোইবম্বী । লাসেং
 অসিনা মশাগী টিঃ বিঃ পুমকোক কোকখি ।

মতুংদা মহাক্ৰা চবাহনবা লেপলম্বী । লেপত্ৰবা মতুংদা
 টীঞ্জাক্ৰা চেকশিনবগা লোযননা হক্কী ঈশিং থকপাসি মথা তানা অসুম
 চংথবম্বী ।

লায়েং অসি লোযশিনলকপদা মঙোন্দা পুমঙক ওক্ৰা
 থোকখিবসি মহাক্কী মশা অদুগী ফিবম, শক্তমদা খংহোঙ হোঙলক্ৰুনা

পুমনৌ নৌবা মীওই অমা ওইরকখিবদুনি । অদুগা মশাগী অরুস্বসু
 পাউন্ড ১৪০ দা হায়গৎলকখি । য়েংবদা মশাগী শক্তম অদু মশাগী
 চহিদগী ১১ রোম তানা নহা ওইনা উবতা নত্তনা উমা পুন্নমক
 নৌরিবী লৈশাবী মচা অমগুন্না থোং নৌনা উরকখি । মতম অদুদা
 মহাক চহি ৩৬ শুরে । মতম অসিদগী মহাক্লা হকী ঈশিং লেপ্তনা
 শিজিন্নরকপনা “বাতর ওফ লাইফ” হায়বা লাইরিক অসি ইদুনা
 ফোঙবা মতমদা মশাগী চহি ৬০ গী মথক্তা লৈরশ্মী । চহি ৬০ গী
 মথক্তা লৈত্রবা মহাকী লেঙ্গাশিংগা য়েংনবদা আমষ্ট্ৰোঙনা মখোয়দগী
 নহা ওইনা লৈখি ।

মশাদা লায়েংবদা নিংথিনা মায়পাক্লবা মতুংদগী মহাক্লা অনাবা
 লিশিং ৪০ রোমদা লায়েং অসি তৌরশ্মী । অয়ান্ন অনাবশিং লায়েং
 অসিগী কান্নবা ফংখিরশ্মী । মখোয়শিং অদুগী মনুংদা ডাক্তরনা য়েংবা
 ওমদ্রবা হকচাংগী শরুক শিংদা শিথবা, লাইরেন শজীক (কেঙ্গর),
 ঈশিং পুকচৎপ অমদি টিঃ বিঃ না নারবা মীওই কয়া মপুং ফানা ফহনবা
 ওমখি ।

হকচাংদা পুন্না পৎপা

Gangarine

(ক) মেদিকেল সাইন্সকী মতুং ইন্না গেংগিন হায়রিবা শরুক
 অমদা পুন্না-পাংপা, ঘীথুংবা, লায়না অসি ফবা ওমদবা অনাবনি ।
 মখল অসি হৌরক্লিবা মফম অসি য়ান্না লুনা লৈবা মরন্না শিথরিবা
 পুমথরিবা শরুক অদু চুমনতগী ককথত্তুনা ফহনবা ওমদে । শিথরিবা
 শরুক অদু কথৎতুনা লৌথোকত্ৰবসু ফত্তবশিংদি য়ান্না লুনা লৈহৌরবনা

অমুক হেঙা হৌরকই । লায়না অসি লাইজাও থোকপশিং, গুকচংপা,
 অমদি পঙথবদগী তিকা থাবা লোয়ননা গোং অকম্মা পুবদগী
 থাদবদা শোকখিবা হকচাং ঈ থাংলক্তবা অশোকপা শরুক অদুগী
 মফম অদুদা অসুম হেঞ্জিনখিদ্দনঃ গেংগ্ৰিন অনবা অসি ওইরকই ।
 কবিগুস্তা মতমদা টিঃ বিঃ না নাববা মতমদসু মসি লাকনি । কবিগুস্তা
 মতমদা অশাবা ষাওনা পোকখিবা নত্রগা মহীনা চোংখিবা হকচাংগী
 শরুক অমদা লায়না অসি ওইবকপসু য়াওই ।

তমখিবে হায়না লৌনরবা গেংগ্ৰিন ডাক্তরনা ফহনবা ওমদ্রবা
 অনাব অসি আমট্টোঙনা হকী ঈশিংগী লায়েনা বোকহনশ্বে ।

কাল্লবা অনাবসি কোকহনখিবগী মতাংদা আমট্টোঙনা অহানবা
 থেংনখিবা গেংগ্ৰিননা নাবা মীওই অদু নুপীনি । মতম অদুদা নুপী
 অসি চহি ৫৩ শুবে । মহাক অসি লায়না অসিনা নাবদগী
 বেভফেসকী দাইতিসিয়ানসু ওইবা ডাক্তর অমনসু লায়েংখি । নুপী
 অসি কুচু তাইফেং তাইবন্দী । থম্বোম্বী শোক্কা নাবন্দী । মথোঙ
 অনীগী মনুংদা অমদি পুমার্শ শিবগী ফীভমদা লৈবত্রা নন্তনা পুয়া
 মথোঙ অনীগী শরুক অয়াস্তা মচেং মচেং পোমখংলন্দী । মীং নাপু
 কারন্দী । অহানবদা আমট্টোঙনা মাবু লায়েংবা তাববদি থা ২
 মখায়রোম চংবা তাই হায়দুনা পাক হেক লৌ হায়বা ধাবমদে ।
 মমৈথংদদি নুপী অসি মগাক্সা লায়েংখি । লায়েংলবা মতুংদা
 আমট্টোঙনা পুমঙক ওকখি মদুদি এলোপেথিকী ডাক্তরশিংনা য়েংবা
 ওমদ্রবা অনাবা মখল অসিদা লায়েং অসিনা অসুকী মতিক কাল্লবা
 পীরন্দী । নুপী অসি হকী ঈশিং গক্তুনা অমদি ঈশিং গক্তুনা চবা
 হেল্লন্দী, লোয়ননা মশাদা হকী ঈশিং তৈবগী মথক্তা পোমখংলিবা

মফমশিং অদুদা হকী ঈশিংনা চোৎহল্লবা মতুংদা ফীনা থোমলম্মী ।
 নুমিৎ ১০ নি গী মতুংদা মহাকী কিদনি অমদি ইনতেসতাইন নিংখিনা
 থবক তৌবগী খুদম ফংখি । লায়েং অসি হৌগৎলকপদা মচেং মচেং
 ওইনা পোমখৎপা হেনগৎলম্মী অদুগা অনাবা ফাওবগী চাংদি
 থাংগৈশেংনা হুংখীবম্মী, মহাক শোব হোনবা নুংঙাইবম্মী, নুমিৎ
 ১৮নি চবা হেল্লবা মতুংদা মখোঙ ২ অদু হান্নগী ফীভমদা
 হনজিনখিবগা লোয়ননা মপুং ফানা তুম্বা য়াখি ।

হকী ঈশিং থোম্বনা অসুকী মাতক কানত্রে মদুদি নুপী অসিগী
 উঙ্গা অদু নৌনা শেমদোকপা ওইনা থোকত্রে, হান্না পোম্বা তংবা
 হৌদম্বা থিবা ফংখিদ্রে ।

(খ) নুপী অসি হেন ফংখিবগা অতোপ্পা চহি ১০ শুববী নুপী অমসু
 লাক্লম্মী । মহাকী মখোঙ থেং এদ পুমথাদুনা ডাঙলবনা ককথৎনবা
 পাউতাক পীর্ববী নুপীনি । মহাকী অনাবা অসি চাহ ২ লোমগী
 মমাঙদগী খুজোংদা পোমখৎলকপা ভমদগী হৌখিবনি । মহাকু হেং
 যাবা ডাক্তব ফনা য়াম্ম চৎতুন য়েংলুবে অদু অবাৰদি ফভুবা অসি
 হৌঞ্জল্লম্মী । লায়না অসি লৈবদগী মহাব খোঙ হান্না য়ৈখৎপা
 মশা ঈ থাংদবা, নুংশং অমদি উঙ্গা থাগৎপা অমদি তুম্বা মাদবগী
 লায়না লোয়নবম্মী । মখোঙদা শিথলবা শব্বক খবগী মফমদু মফুং
 মফুং হোবম্মী । নুমিৎ ৫ নি হকী ঈশিংগা ঈশিংগা থজুনা চবা
 হেল্লবা মতুংদা অশোকপা মখোঙগী মফমশিং অদু ফবকপা
 হৌবকলম্মী, উঙ্গাদু থোৎলক্লম্মী, চিল লৈ চাথৎলম্বা ফবক্লম্মী ।
 মতম শাংনা তুম্বা যাদবদগী রাবম্বদু নুমিৎ ৩ নি মতুংদা নিংঙাইদনা তুম্বা
 যাবক্লে । চযোল অমগী মতুংদা মহাক ইন্তেটাইন অমদি কিদনি মপুং

ফানা খবক তৌরক্লে । মশাদা লৈবন্বা নুংশং পুন্না ফন্তে । শোভুনা
 লৈবন্বা উন্না পুন্মজ্জা অনৌবা উন্না ফাওগৎলকপা উবা ফংলে ।
 গেংগ্ৰিনগী খুদম অমত্তা উবা ফংদ্রে । চয়েল ২ চবা হেল্লুববা মতুংদা
 অনাবী নুপী অসি নিংখিনা চাং তন্না চীঞ্জাক অম্বুর লফেই, অমদি
 খামেন অশিনবা অহিংবা পীজদুনা চয়েল ১ লেনহল্লম্মী । মথং ২
 শুবা চয়েলদা শঙ্কোম অমদি হৈ অথুন্না পীজৈ, অদুগা ৩ শুবা
 চয়েল লানশিল্লকপা মতমদা মাগী হান্নগী চরা অদুদা তাহল্লম্মী ।

অসুন্না আমট্টোঙনা এলোপেথিককী ডাক্তবশিংনা য়েংবা ওমদ্রে
 হায়না হ্নদোক্কাবা তমথিবে হায়না কিনববা, গেংগ্ৰিন অনাবা
 য়েঙুদুনা ফহ্নখি । মহাক্কী অসিনা ঐখোয়দা তাক্কিবদি ঈশিং অসি
 কান্দ্রবা কাংখা থাঙ ওইববা মহী অমনি হায়বদো যাদবান । অদুনা
 ঈশিংসিদা মমল লৈত্রবা মচাক মচি ওইববা হায়ঙমদনা কান্নববা
 পোৎশক কযামরুম য়াওবি । মদুনা মীওইবগী ঈ পীবা ওম্মা, শিববা
 শিংলিনচিংববু থরায় হান্না ওম্মী হায়না আমট্টোঙনা ইবি । মখা
 তাবজুনা আমট্টোঙনা হকচাংগী শকক শিথদুনা নাববা ডাক্তবনা
 শিথরিবা মফম অদু কথৎপগী পাওতাক পীরবা অনাবা কযা লায়েংদুনা
 অনৌবা পুন্নি অমা পীবা ওমখি ।

(গ) শ্রীমতি ইঃ হায়রিবী নুপী অমসু লাইজাও থোকপা ডাকথোক্কা
 তিকা থাকববা মতুংদা মখোঙ ২ মক গেংগ্ৰিন তৌবকপদগী নুমিৎ
 ৪০ হক্কী ঈশিংনা চবা হেনদুনা পুমফ ফখি ।

(ঘ) শ্রীদিঃ কৌবা মীশক অমা ঈশিং পুকচৎপা তৌবকপদগী মহাক্কী
 পান্নোম ওই থংবদু গেংগ্ৰিন নাবদগী নুমিৎ ৪৮ নি চবা হেনখি । চবা

হেনবা অসিনা ঈশিং পুকচৎপা অমদি গেংগ্ৰিন পুমফা ফহনখি ।

(ঙ) শ্রী জেঃ দল্লিয়ুঃ বি : মশামক চহী ৬০ শুরে । মহাক অসি য়োং শুবা অমনি । মহাকী খুবিদু নুংথঙনা ফুবদা কায়দুনা নারবা মতুংদা খুবি তাং অনী ফাওবা য়ৌনা গেংগ্ৰিন তৌরজুনা শিথরম্মী । মহাক্কা চয়োল ১৮ রোম লায়েং কয়া য়েংখি । মমৈদা খুবি মতোনদগীনা তাঙ অমা ফাওবগী শরু অদু শংতোল্লম্মী । মতুংদা মদুগী ফলনা খুদাং ফাওবা খুংকী মচু ওল্লম্মী । মদুদগী মহাক্কা হকী ঈশিংনা অনাবা মফমদুদা থোস্বা অমদি থজুনা চরা হেনবনা চয়োল অমগী মতুংদা ফহল্লম্মী ।

(চ) শ্রীকুমারি সিঃ এঃ (ইং ১৯৩০ দা চহি ১১শুরে) মহাক অসি মশা ঈ থাংদনা নাবী নুপীমচা অমা ওইরম্মী । মখোঙ অনীদা মচেং মচেং পোস্বা, অমদি অঙাংবা ফুরি থুংবা (শোরিয়াসিস) লায়নাগী লায়েং উবদগী মখোঙ অনীমক গেংগ্ৰিন নাবকখি । মহাকী মখোঙ অনীমক উঙ্গাগী মচু মাঙলম্মী । অদুবু নুমিৎ ১০ নি হকী ঈশিং থজুনা চরা হেনবদগী অনাবঅসি কোকখি ।

(ছ) শ্রীমতি বিঃ চহী অমরোম এলোপিন শিজিল্লবদগী গেংগ্ৰিনা খুংশাশিংদা নাবম্মী । লায়না অসিনা খুংশাশিংগী তাঙশিংদা শারি শারি লাউদুনা লৈবনা য়ান্না নুংঙাইরমদে । অহানবদা গেংগ্ৰিনগী দমক নুমিৎ ১২নি চবা হেল্লম্মী । মখা তাবা ওইনা চয়োল অমগী মতুংদা অমুক নুমিৎ ২৩ নি হকী ঈশিং অমদি ঈশিং থজুনা চরা হেন্দুনা অনাবা অনীমক ফহনখি । মতম অদুদা মশাগী চহি ৩৪ শুরে ।

(জ) শ্রী কেঃ আই, (চহী ৪৫) মহাকী খুবিদা ঙা মরুনা শোকখিবদগী নুমিৎ অদুদা ডাক্তরদা চংলম্মী । ডাক্তবনা গেংগ্ৰিন

তৌরক্কনি কথংপনা ফরগনি হায়না মত পীরম্মী । মহাক্কা ডাক্তরগী
বায়ম অদু য়াবা ওমখিদি ।

মহাক্কা হক্কী ঈশিংনা নুমিৎ ১৪ নি চরা হেনবগা লোয়ননা
হকচাংদসু হক্কী ঈশিং তৈদুনা নোইরম্মী । চৈরক অসিদা অশোকপা
খুৎশাশিং অদুদা অরিবা হক্কী ঈশিংনা চোৎলবা ফী মচেৎনা কন্না
য়েংশিন্দুনা থমলম্মী । নুমিৎ ২নিগী মনুংদা খরা মথৈদি ফগৎলকপা
উখি । মতুং নুমিৎ ১২নিগী মনুংদা পুমফা ফখি ।

(ঝ) শ্রীএনঃ (চহি ৫৫ রোম শুরবা) মীশক অসিগী মথোঙ
অনিমক গেংগ্রিন নাবদগী অরাবা অমা ওইরম্মী । মহাক্কীদি টিঃ বিঃ
গী গেংগ্রিননি । সারজন্না অনাবগী ফিভম য়েংল্লগা মথোঙ অনীমক
কথংপা পামলম্মী অদুবু মাগী নুপীনা য়ারমদে । হীদাক কন্না
শিজিল্লকবদগী মহাক য়ান্না নিংবা কায়ববা মতুংদা আমষ্ট্রোঙগী
পাউতাক ইন্দুনা নুমিৎ ৪২ নি চরা হেন্দুনা লায়েংখি । মতুংদা
অতৈ মী অমগুন্না চংপা ওমলকখি ।

শ্রীমতি এলঃ (চহি ৪৮) মথোঙ অনীমক গেংগ্রিনা নাবদগী
চয়োল ৩ ডাক্তরনা প্লস্তর য়েভুনা লায়েংখি । মদুগী ফলদি লাইবক
খিনিংঙাই ওইরম্মী । অদুদগী আমষ্ট্রোঙগী পাউতাক ইন্দুনা নুমিৎ ২৮
নি চরা হেল্লম্মী । থা মথায় অমগী মনুংদা হান্নগী ফিভমদা হনজিল্লম্মী ।

লাইরেন শজীক

(কেঙ্গর)

কেঙ্গর হায়বসি মখল য়াম্মী । লায়না অসিনা হকচাংগী মফম
কয়ামুক্তা শোকহনবা ওম্মী । মসি ডাক্তরশিংনা য়েংবা ওমদবা

হক্কী ঈশিংনা লায়েংবা

অনাবনি হয়না মতপী । কেমর লায়েংবদা চৎনরিবা পান্বে অনীখক
 অসিনা ডাক্তরশিংনা কেমরবু থেঙনৈ । অদুবু মসি ঙাইহাকী ঙইনা
 তৌই । লায়েং ২ দুদি থাঙ থাদুনা কোংথোকপা নত্রগা মৈ যাইবা
 (রেডিয়ম), মখল অমনা হকচাং মনুংদা কেমরগী মফমদুদা
 চুংশিন্নরক্লিবা মবীশিংদু চায়থোকহনবা অসিনি । লায়না অসিদি
 হকচাং মনুংদা নত্রগা মপান্দা পোম্বা চাথৎপা হৌরকই । অদুবু
 অপোম্বা খুদিংমকতি কেমর নভে । কেমর ঙইরবসি য়েংবা ঙমদ্রে
 হয়না লৌনৈ । কেমরগী অর্থবু শোয়দনা শিবা হয়না লৌনৈ ।
 মরমদি ওপেবেসন তৌদুনা কোংথোকব্রবসু অমুক হেত্তা হৌরক্কনি
 অসিনি ।

ডাক্তরগী মতুং ইন্না হৌরকপসি চীঞ্জাক্তা আলকালিগী শরুক
 রাংলকপদগীনি । কেমরগী মতাঙদা আমষ্ট্রোঙগী “ব্রাতর ওফ লাইফ”
 তা পল্লিবাদি :

কুমজা ১৯১২ দা লৈখিদ্ৰবা ডাক্তর ওফ ফোর্বস রোস, (ল
 দন) মহাক অসি মতিক চানা ক্যালিফাইদ ঙইরবা ডাক্তরনি । মহাক্সা
 কেমরগী মতাংদা ইখিবা লাইবিক “কেমব, ইটস জেনেসিস এন্ড
 ট্রিটমেন্ট” দা অসুম্বা হয়রি, মদুদি মহাক্সা চহি ২৫ হোৎনবকপদগী
 খঙলে মদুদি কেমর হয়বা অনাবসি চীঞ্জাক্তা মহৌশাগী ঙইবা থুম
 হয়বাদি মক ঙইনা পোতাস যাওবা রাংপদগীনি । মসি খঙলবা
 মতুংদা মানা কেমবনা নারবা মীওই কয়াদা থুম যাওরবা পোতাস
 মহী ঙইবা মওংদা চাং তম্বা চীঞ্জাক য়াওহনদুনা লায়েংবদা মায় পাক্সা
 ফহনবা ঙমখি । অসুক ফাওরবা লায়েং অসি ডাক্তর অসি লৈখিবা
 মতুংদা মহাক্কী মরুপ ডাক্তরশিংনা ফাওবা হোসপিটাল অমদা

হৌদোকপীদনা ওলা তৈনবদা কেসববু থাঙ থাবা নত্ৰগা রেডিয়মগী
মপান্না লায়েংবারোমদা মীংয়েং থমখিরম্মী ।

অদুগা কেসরগী মতাংদা শারজন সিঃ তিঃ চাইলদনা ইবা
লাইরিক অমদা অপোম্বা অমদা হাথু হাথু থাঙ হেত্তা থাবসি যান্না
চিংননিংঙাইনি হায়না ইরি ।

আমষ্ট্ৰোঙনা মগী লাইবিক অসিদা কেসরনা নাববা অনাবগী
মরমদা মখা তাথরদুনা নৈনরিবদি, ব্ৰেদফোদতা লৈবা ডাক্তর
রবাক্সলিয়াতিনা মঙোন্দা হায়খিবদুনি ।

ডাক্তর অসিনা মঙোন্দা অসুন্না হায়খি মদুদি মহাক্কা কেসবনা
নারবা মীওই ৫০০ দগী তাদনা থাঙ থাদুনা অপোম্বদু লৌথোকপ্তে,
মমৈথংদদি থাঙ থাবনা কেসর ফহনবা ঙমদ্রে হায়বা খঙলে ।
অদুগা মসি নত্তনা অতৈ লায়েং অমনা লায়না অসি ফহনবা ঙমনবা
খিজিনবদসু ফেল ওইবে ।

মতাং অসিদা নর্স অমগী কেসববু আমষ্ট্ৰোঙনা লায়েংখিবদু
পনবদা নুংঙাইগনি । হায়বিবা নুপী অসিগী য়েংখংবা থবাক্তা
পোমখংলকপদগী মমৈথংদা লেংজুম য়ৌনা শন্দোরক্সম্মী । নোংমা
অনাবা অসিনা লাইহৌ হৌরকপদগী .ডাক্তর অমা তানবদা মসিদি
ওপেরেসন তৌবগী মতম হেলে হায়না খংহল্লকপদসু নত্তনা মানা
ইংবা য়ারিবসি নুমিৎ ১৩নি বোমদমক ঙাইবে হায়না ডাক্তর অদুনা
পাউতাক পীরকখি ।

উপায় লৈত্রবা অনাবদু আমষ্ট্ৰোঙদা লাকলম্মী । মহাক্কা নুপী
অদুবু হক্কী ঈশিং অমদি ঈশিংতগা থক্কুনা নুমিৎ ১০ নি চরা

হেলহল্লম্মী । মতুংদা নোংমগী চরা ১ লোয়ননা থকনিংবা লাকপা
মতমদা হকী ঈশিং থকপা পাউতাক অসি পীদুনা থম্বা কেঙ্গর
হেম্দোরকপা উরমদ্রে ।

অনাব অসিগী মশাগী ফীভম অমদি রাখলনা হায়ফম খঙদনা
নুংঙাইরকপা উরম্মী । অদুবু মহাক্ চহী ৬ কী মতুংদা লৈখিদ্রে মহাক
অসি নুমিং ১৩ নিদগী হেন্না হিংলরোই হায়প্রবনি । অনাব অসিমদি
ফহনবা ঙমখিদ্রবসু ডাক্তরশিংনা থাঙ থাদবা য়াবা অনাবা কয়া ফসু
ফবোইদবদা থাঙ থাদুনা অরাবা পীরগা পুন্সি থুনা লোয়শিনিথিবা
কোঙ্গায় যাওপ্রবনি হাথনা আমষ্টোঙনা নিংশিংলি ।

হকী ঈশিংনা লায়েংবদা করি লায়নানো থিজিল্লুদ্রবসু হকী
ঈশিং অসিদি লায়না অমত্তগী হীদাক নত্তনা লায়না পুন্সমকী ওইনা চপ
মাননা লায়েং অমত্তনা মখল খুদিংমকী অনাবা য়েংবা য়াই ।
ডাক্তরবনা কেঙ্গরনি হায়বা ঙমদ্রবা অনাবা কয়া আমষ্টোঙনা লাকুনা
মহাকী লায়না খুদিংমজ্ঞা পল্লিবা হকী ঈশিংনা লায়েংবগী পান্শেন্না
ফহনখি । অনাবা কয়ানা নিংহন্নরকুবদা, অশা লৈত্রবা মতমদা
লায়েংবদসু খুদোঙ থিবা কয়া লাকুবা ফাওবদা লায়েংবদা ফবা
ঙমলরোই নিংলুরবা কয়ামুক আমষ্টোঙনা লায়েংবদা লায়না ফহনপ্রো ।

ডাক্তরশিংনা তোঙান তোঙানবা মত পীরবা, লায়নাগী মমিং
তোঙান তোঙাননা হায়রকুবা মদুগী লায়েং অমদি হীদাক্কাচিংবা ইমান
মানদনা পীদুনা লায়েংবদা ফখিদ্রবা অনাবশিংবু আমষ্টোঙনা নিংহন্নদনা
লায়েংখিবসি লায়না পুন্সমকী ওইবা ইচম চম্বা অমত্তগী ওইবা পান্শে
অসিগী মপান্দগীনি । কেঙ্গর নাবা লায়েংখিবশিংদুগী মনুংদা, ইং
১৯২৩ দা, চতি ৪০ রোম শুরবী শ্রীমতি আরঃ কেঃ কোবী ঈ

থাংদ্রবী পংব্রাং ব্রাংদবা মশাগী লৈফম থোকপা হকচাংগী অরুন্দদগী
 য়ান্না তারবী নুপী অমখককী মথবাক্তা য়েফম মুক চাওনা পোম্বগী
 ব্রারি যাওরি । মহাকী অপোম্বসি ডাক্তর রবাক্তলিয়াটিনা কেম্বরনি
 হায়না তাকপগা লোয়ননা খুদক্তা ওপেবেসন তৌরক্বা হায়রক্সমী ।
 ডাক্তরগী পাউতাক অদু লৈনা লৈনা মহাক্সা হকী ঈশিং অমদি ঈশিং
 থক্তুনা চরা হেনবা হৌখি । লোয়ননা মশাদা মকোকতগী মথোঙ
 ফাওবা মাগী মপুরোইবনা হকী ঈশিং তৈরগা নোইবা নোংমদা পুং
 ১ দগী তাদনা চংথরম্মী । নুমিদাং তুন্দা হকী ঈশিংনা চোংলবা ফী
 মচেংনা অপোম্বা অদুদা থোমখি । মতৌ অসুম্মা চংথবকপদা নুমিং
 ১০নি মতুংদা কেম্বর পুমকোক কোকখি, ঈ থাংলমদবা থাংখি ।

অতোপ্লা (১৯২৭) মীয়াই চল্লবী নুপী অমসু মহাকী
 লেংজুমব্রাইদা তঙদুনা লৈবা থেংনখি । তঙলিবা শরুক অদুগী মনুংদদি
 মেংপদা ইহো হোবগুন্না খুত্তা ফাওরমই । ডাক্তরনা ওপেবেসন
 তৌনবা পাওতাক পীরকখি । অদুমকপু মহাকী মচানুপী অদুনা তান্না
 মশাদা হকী ঈশিং শিজিন্নবদা কান্নবা ফংখিবগী কান্নবদু লৈবদগী মমানু
 ওপেবেসনদগী লাপথোকহল্লম্মী । মহাক্সা মমাদা য়ান্না ময়ান্না
 চংথনবিবা হকী ঈশিংগী লায়েং অদু চংথবা হৌরম্মী । খঙহৌদনা
 নুমিং ৫নিগী মনুংদা তঙলম্বা অদু থিবা ফংখিহে ।

মসিদা নত্তনা আমষ্ট্রোঙনা অতোপ্লা নহা ওইরিবী নুপী অমসু
 ডাক্তরনা মাগী থবক্তা অতঙবা অমা লৈবদু কেম্বরনি ওপেবেসন
 তৌগদবনি হায়রকপা অদু হকী ঈশিংগা চুমথোক্বা ঈশিংগা পাদুনা
 চরা হেনবা, হকী তৈরগা নোইবদগী নুমিং ৪ নিদা তঙলম্বদু
 মাঙখিবম্মী ।

লায়েং অসিনা মায় পাক্সা চংথরকপদগী অশা লৈত্রবা অনাবা
কয়া আমট্টোঙগী মনাক্তা লাক্সম্মী । কুমজা ১৯২৭ তা চহি ৪৫
শুরবী নুপী অমগী য়েং থংবা থবাক্তা তঙলস্বা (অকনবা) অমা
ওপেরেসম্মা লৌথোকস্ববা মতুংদা ওইথংবা খোঙদা অমুক হৌরকপা
থেনবদগী নুমিৎ ২৮ নি মান্নবা লিয়েং অসি চংথবদগী তঙলস্বা
মাঙখি ।

লায়েং অসি হায়নিংঙাই লৈতনা ফগৎলকপগী পাওনিংখোলনা
মথং মথং পাওথাং য়ৈরক্লবদা নহা ওইরিবী নুপী অমসু আমট্টোঙদা
লাক্সম্মী । মহাক্কী য়েংথংবা থবাক্তা ময়াই ওইরপ্পা, য়েংবদা ফিভম
অমা কায়না পোমলম্মী । অপোম্মা অসিগা লোয়ননা অনাবা অমা
শেগ্ৰাক্তা চোৎ চোৎ লাওনা চাফৎপা অদুনি । মহাক্কী মরি মতা
ডাক্তরশিংগী হোসপিতালদা লাক্সনা লিয়েংনবা হায়রবদা মহাক্সা
য়েংথংলম্মী । মদুগী মরমদি কবিসু নঙে মহাক্কী ময়া অদু অপোম্মা
অসিগুম্মা তৌরকখিবদগী থাঙ থাদুনা লৌথোকস্ববা মতুংদা লৈখিবদা
অদু নিংশিংলুবদগীনি । থিস্বদনা নুপী অসিনা হক্কী ঈশিং অমদি ঈশিং
থজুনা নুমিৎ ১৯ নি চরা হেনবা, ইরোইননা তৈবা অমদি নোইবা,
অদুগা থোম্ম চংথবদগী হায়ফেং ফগৎলকপা ঙমখি । মতুং তারপা
ওইনা নুমিৎ ৩৫নি চরা হেনবদগী মপুং ফানা অনাবা অসি ফহনখি ।
চহী ২৮ শুরবী নুপী অমা কেলরনি নত্রগা শাখিরবা লায়না অমনি
হায়না ডারক্তনা হায়রক্লবদা অদুগা লোয়ননা নুমিৎ ৩ নিদগী হেন্না
হিংনিংঙাই ওইদ্রে খঙহল্লক্লবদা হক্কী ঈশিংনা লিয়েংবদগী চহী কয়ামুক
হিংলম্মী ।

চহী ৬২ শুরবী নুপী অমসু ডাক্তরনা খোইরিম্মা কেলর তৌরে

ওপেবেসন তৌবসি খঙহল্লকখি মহাকী মশাগী অকস্মা পাউন্দ ৮৪নি
অকস্মসি খব খব হন্তুবকখি । হকচাংগী মনুংদা লৈবিবা খোইবিন্দা
কেসব লৈববী অসিনা চযোল ৩ হকী ঈশিং, ঈশিং থকুনা চবা
হেনবদনী কেসব মাযখীবা পীদুনা অনৌবা মপোক অমা অমুক লাকাখি ।
মহাক চহী ৮৪ ফাওবা হীংলম্মী হাযনা আমষ্টোঙনা নিংশিংল্লি ।

কুমজা ১৯৪৫ দা চহী ৪০ শুববী নপী অমা “বোপ কেসব”
হাযনা কৌবা কেসব মখল অমা লৈবদনী ডাবকুনা খদক্কা লৌথোকুবা
পাউতাক পীখি, অদুগা হাযখি মসি পুমশেং শেংদোকপদি ঙমলোয ।
মহাক নুমিৎ ১৩ চবা হেন্দুনা হকী ঈশিং শিজিঃখি । মদুনা পুমকোক
কোকখি । মতুংদা নহাদ্ম ওইথোবকাখি ।

আমষ্টোঙনা হকী ঈশংনা অনাবা কযা মায পাক্কা
লায়েংখিৰাসদা, ডাঙব ববাজ্জলিয়াটিনা লৌথুপ লৌকোয অমন্ডা
খমদনা লায়েং অসিগী মবমদা অসন্না হাযবম্মী ।

“নুপী কযা খবাক্কা পোন্না তঙবা লৈবদনী ঐঙোন্দা লাক্কাৰ্ম্মী ।
মখোযদা ঐনা পোমলিবা তঙলিবা পুম্মমক ওপেবেসন তৌদুনা
লৌথোকপা তাবনি হাযনা পাউতাক পীখি (কন্না হাযখি) । মদুদা
মখোযনা ঐগী পাউতাক শুকলৌ লৌদনা হকী ঈশিংগী লায়েং লম্বীদা
চঙাশল্লম্মী । মতুঙদা মখোযনা ঐগী কনসলটিং কমদা লাক্কাৰ্ম্মী, মতম
অদুদদি মখোযগী থবাক্কা লৈখিবা অপোন্না অতঙবা মচেং অমা
ফাওবা উবা ফঙদ্রে । অযাম্বনা নুমৎ ৭নি নত্রগা থা মখায ১ হকী
ঈশিং থকুনা লায়েংবদা হাযবিবা খুদমশিং অসি মাঙাখি হাযবম্মী ।”

“তৌইগুম্বসুং মীচম পাজা লিশিং কযানা লায়েং অমখক্কা

অনাৰা মখল কযা কোকহনখবদা অমদি কেঙ্গব ফাওবা মাষথিবা
 পীবা ঙমস্তবদা ঐনা চিংনৈ মদুদি ঐগী প্ৰোফেসন অসিদা মাসনা ইঁথল
 পীবা ঙমগদ্রা হাযবাস । অদুগা ঐগী প্ৰোফেসন অসিনা অনাবা
 কযাদা তমথিত্ৰবা পাউতাক শন্দোজুনা শেল তাল্লদুনা হীবম অসিদা
 তমখেলক্লিবশিংদা আশা কযা কযা পীবি । অসুন্না মওংদা অসুক
 কুইনা নমথাক তৌদুনা নৰ্মাশিল্লিবাস ওইথোক্তবনি ।”

Brights Diseases

ঈশিং মবিগী লায়নাশিং

লায়না অসি কিদনি ফলক্ৰবদগী লাকপা লায়নানি । লায়না অসি
 নাৰা মাদি হকচাং অসি ঙাংলৈনবগা লোয়নবা অকম হৌবা মপান
 থোকপদা মপুং ওইনা থোবক্তবা মচিং মচিং থোকপা, অহিংদা ফিঙো
 চংপা অমদি লোকথুংবনি । মসি চীঞ্জাক্তা আলকালিগী শবক ব্ৰাংপদসু
 ওইগলি ।

লায়না অসি নাকবৰা মীওই কযামকম হকী ঈশিংগী লায়ংনা
 হিংনবা ঙমস্ত্ৰে, হাযবগী খুদম পীবদুনা আমষ্টোঙনা ইঁবি । মদুদি
 ডাক্তবনা নুমিং খবনিদমক হিংলগনি হাযনা থল্লবা অনাবশিং কযামুক
 লায়ং অসিনা মথোয়গী পুল্লি কনস্ত্ৰে । আমষ্টোঙনা লায়না অসিদগী
 হিংনস্ত্ৰবা অনাবা খবগী বাবি লিবি :

শ্ৰীমতি সিঃ (চাহ ৪০ বোমগী লোঙ্গা ওইববী নুপী অমনি)
 ডাক্তবনা নুমিং নিনিদগী হেন্না হিংলবোই হাযনা মতম থাবশ্মী ।
 মহাক শ্বব হোনবদা খুদোংথিবা লৈ । যান্না লিক্কা লিক্কা ঈশিং চংলি ।
 মতম অদুদা মহাকী অকন্না পাউন্ত ১৪৪ নি । লায়না অসিনা নাৰা

হৌবকপা মতম অদুদা মশাগী অকম্মা পাউন্ড ২৪০ ওউবম্মী
 অনাবা অসিগী ওইনদি ফগৎলকপগী রাখল লৈত্রদুনা যান্না শোকথনা
 লৈকবগসু আমট্টোঙনা পুক্রিং তহুবা লৈহন্দনা লায়েংবা হৌনবা
 থৌবাং শিল্লম্মী । অনাবা অসি হীদাক চামনবদগী হীদাকপু শিল্লবা
 মতম অদুদা আমট্টোঙনা শোয়দনা ফবক্কনি হায়বগী থাজবা পীবম্মী ।
 মহাক্সা অনাবদা হায়বম্মী মদুদি হক্কী ঈশিং অসি অসুন্ধী মতিক শক্তি
 লৈবনি মসি থকপদা চ্যোল অমগী মনুংদা ঈশিং চৎপগী চাং খংহেন
 হেনগৎলক্কনি । মানা অসিমসু হায়বম্মী, হক্কী ঈশিংনা হকচাং মনুংদা
 পন্দুনা লৈবম্মা অমোং অকায অমদি ফত্তবা পুন্মমক থুগাযদুনা
 মাঙহনবা ওম্মনি । মহাক্কী বাহৈ অসিনা অশা লৈত্রবা নুপী অসিদা
 অনৌবা থাজবা অমা পীবম্মী ।

মতম অসিদা নুপী অসি না চৎলবা ঈশিং অসি আউন্স
 অনীবোমদমক ওইগনি । অসুম মনম নমথিবা, অশাবা, অনঙবা ঈ
 অমদি নাইগুম্মা যাওবা ওউনা টৌই । মাস থকপদা অসুন্ধী মতিক
 কান্নত্রে মদুদি পুং ২৪গী মনুংদা ঈশিং চৎপগী চাং খংহেন
 হেনগৎলক্কনা আউন্স ২০০ বোম যৌবকথি ।

অসুম শিাজনবক্কবা মতুংদা মচু শেংলকপা, চৎপদা
 নুংঙাইবকপা ফাওবকথি । নুমিৎ ৪ নি শুবদা মহাক্সা চৎপা হক্কী ঈশিং
 পুন্মমক থকচিল্লম্মী । মদুদগী মনম নমলক্কে । মযাক যাওবক্কে ।
 হক্কী ঈশিং থকপগা লোয়ননা শ্রীমাত সিঃ না পুং ২৪গী মনুংদা
 দবকাব ওইবা ঈশিং আউন্স ১০৮ থক্কম্মী । নিয়ম অসিদা মখা
 তাথবকপনা নুমিৎ ১৩নি শুবদদি পুমফা ফবগী ফীভম যৌবকথি ।

খবা ফগৎলকপা উবকপসিদা মাঝ শেন্নলিবা নস অনীদনা

গাজব অহীংনা, চম্প্ৰা খজিঙংগা পীজকবে । মদুগী ফলদি পুং ২ গী
মতুংদা কন কন লাউনা থাগৎলকপগা লোয়ননা শাগৎলম্মী । ঈশিং
চংলকপগী চাংসু হন্থবক্লম্মী । পুত্ৰা মথা মথা পোমখংপা অমদি
হকচাং শাগৎলম্মী । মতাং সিদা নৰ্স অনীগী মবক্তগী অমগী হকী
ঈশিং লৌবগা ফী অমদা চোৎহল্লগা পুত্ৰা থোল্লম্মী । ফীদগী হকী
ঈশিং অদুনা চুপশিনখিবগা পোমখৎলম্মা থাগৎলম্মা অমদি শাগৎলম্মা
ফাখবম্মী । মখংগী নুমিত্তা হান্নগী ফীভমদা হঞ্জিল্লকখি ।

শ্রীমতি সিঃ নুমিৎ ৪৮নি হকী ঈশিং থক্তুনা চবা হেল্লক্লম্মী ।
চবা হেল্লিঙে মনুংদা নৰ্স অনীনা মশা পুস্বদু নোংমদা অনীবক হকী
ঈশিংনা তৈবগা নোয়বম্মী । মহাক্সা কমলা মহী থক্তুনা চবা হেনবা
তোকলম্মা, মতুংগী চযোল অমগী মতুংদা মশাগী অকম্মা পাউঙ
১১৯ ওইবকখি । হকী ঈশিংগী মতেঙনা শ্রীমতি সিঃ চৎথোক চৎশিন
থুনা ওমলকখি । লায়েং অসি লোয়বকপদা মশাদা পুমহোং হোংবা
অমা লাকখিবদি মাগী উম্মা, শম, কুচু অমদি অপুনবা শকফম্ব অদুনি ।
অঙকপা লায়েং অসিগী মতুংদা মহাকী মশক তগৎ তগৎ তেকপা
উবকপদা অউবা মীযাম্মা মাবু য়েংনখি হায়না আমষ্ট্ৰোঙনা শিংথাবি ।

Heart Disease

থম্মোইগী লায়না

থম্মোইগী লায়না নাবা মীওই অম্মনা চেকশিনগদবসি নিংখিনা
চাং তম্মা চীঞ্জাক চাবা অসিনি । নিয়ম অসি কায়দনা চৎপদা অনাবদু
চহি ৯০ ফাওবা হিংবা ওম্মী হায়না ডাক্তবনা ফোঙদোক্লবসু লায়না

অসি কোকতনবদি ওমদে অসিনি । অদুম ওইনমক আমষ্টোঙনা হকী
ঈশিংনা লায়েংবদা অসিগুম্বা অনাবা মখল অসি কোকতনবা ওম্বা
হায়দুনা মখাগী খুদম অসি পীদুনা তাক্লি :

শ্রী পিঃ (মীয়াই চল্লবী মীওই) কৌবী মীশক অমা থম্মোইগী
লায়নানা নাবদগী ডাক্তব অমগা লোয়ননা চহী অমা লৈবম্মী । মহাক
যান্না তোয়না বান্হবা হৌবম্মী, ফীভম অসিদা মীযান্না মহাকপ
“পোপুলব মিষ্টব পিঃ হায়না খঙনবম্মী । মহাক চানিংবা চাবা যাদবা
চীঞ্জাক্তা অখংবা থন্বা মীশক অমনি । নোংমদা চবা নামতমক চাবম্মী ।
লেমহৌবিবা নুমিৎশিং অদুনা ঈশিং থাফুনা চবা হেংবা ডাক্তবনা
পাওতাক পীবম্মী মহাক মৈখু থকপা যাবমদে, চংপা খুদিংগা হীদাক
লোয়নৈ । লমখাংদা নত্রগা মফম অমদা অনাবা হেক হৌবকপদা
হীদাক চাগদবনি ।

কায়নংদা শ্রীপিঃ আমষ্টোঙদা লাক্সম্মী । আমষ্টোঙগা
পাওতাক মতুং উন্বা মশাগী ঈশং থকপা, তৈবা নোইবগী নিয়ম অদ
লৌদুনা থিহুদনা চংখাবদগী থা অমগী মনংদা ফনা নিংথিনা
ফগৎলমক্তুনা মশাগী থবক্তা চঙশিনবা সাথি । লায়েং আসিদা মপুং
ফানা থাজবদগী চযোল ১২ টি মনুংদা মশাদ হানগী ফিভমদা হঞ্জিনথি ।
মহাকী লায়েংদি মশা শোনবা মবল্লা চবা পুমহেন হেনবগী মংও
নোংমদা চবা অমতমক চাবগা হকী ঈশং থাফুনা লায়েংবনি ।
অহানবা লায়েং অসি হৌগৎলকপদা মহাক্সা লায়না অসি অমক
হৌবক্সা হায়না চিংনথি অদুব অমুক হৌবকপা তৌখিছে । মমৈদা
মহাক্সা হীদাক পুম্মক মৈ থাদোকখিবম্মী ।

শ্রী আবঃ নুপা অসিসু থম্মোইগী লায়নানা নাবদগী মখেও
মখুং অমদি পুকী শকক্তা চাওনা পোমখৎলক্সম্মী । ডাক্তবনা মুদা

যেংলবা মতুংদা নুমিং ৩০নিমক হিংবর্গী মতম পীবন্দী । আশা
 লৈত্রবা নীপা অসিনা অসুম থিবকপদা নেচবপোথকী লায়েংফম
 অমদা ৮৭তুনা মশাবু লায়েংনবা হোংনাথ । মতুংদা কবিমত্তা কান্নবা
 পীবা ওমদ্রবদা মফম অদুদগী হ্নাথনবা ওথোবিটিনা হায়বক্সম্মী ।
 হৌজিহ্ন মহাক্সা থল্লিবসি ৭৭ মখায় অমতমক লৈবগা থ্রায় থাবা তাবৈ
 অসিত্ত ।

মমৈখংদা শ্রীআবঃ না মমিং চংলবা নেচবকিওবিস্ত শ্রীওলিওব
 লবনোব, ফিসলেন্দগী মিং তাবদগী মঃস্তান্দা চঙজদুনা তক্কী ঈশংনা
 লায়নাথ । চয়েল ১ কা মনন্দা থেম্মাইগী লায়না পুমকোব
 কোকত্নাথ । অহাননা লায়ং আস হৌবকপদগী চবা হেনগেলকপদা
 মশাগী অক্সা পাউন্দ ১১১মখায়, তুয়াথ । অদুদগীদি মহাক পুমফা
 মববপা অদু উবদা মায় হায়া যেংলবা ডাক্তর অদুনা পকপদা
 থম্মে ১২ হায়না আমষ্ট্রোডনা নির্দেশল ।

থেম্মাইগী লায়নাগী মমদা আমষ্ট্রোডনা হাফাওল
 ডাক্তারশংনা ফোঙ্খিবশংদু নির্দেশ ওউনা হায়াব মদাদ হাদাব
 তোয়না চাবা, হীদাক কাপ্পা তিকা থাংগা ফলনা থেম্মাইগী লায়না
 শোকহনবতা নত্তনা অটৌ লায়না কয়া ওল্লকই ।

MANAV MOOTRA

AUTO URINE THERAPY

অইবাঃ রাওজিভায় মনিভায় পটেল

ব্যাংকিং-এস মনিভায় পটেল গুজরাটীকী মনিং বৈশাখা পোসিসিয়েন
বাকল অমনি । মহাকী ইকী ইশিনা লায়েংবাস চাত ০০ শুবকপা
মহমদতা খাৎ লুনা ১১ ফেব্রুয়ারি । মহাক কুমতা ১৮৮৮ না
গুজরাটীকী বাবেংশিং খুদা পোকখি । মশাগা চাত ০৫ শুবকপা
১৯৬০ দা লৈখতে । পুজিগি অবেংবদা মতম নকশালকবদা মহাক
অননবা গেম্মাউগি লাযনা অমনি । নাবকপদগী ইমী ইশিংনা লায়েংব
খডলকপদগী অবেংবদা মাইগি হৌবল্লব ফাওবদা বাযনা গুণ্ডাভানা
লেনখি । শ্রীবাওজিভায়না ইকী ইশিংনা লায়েংবাস মশাদা কামবা
পবকপদগী লমদম অদুদা নোংব খাগা চেফোউশিং অদুগা অণ্ডে
চেফোউশিংদা ইকী ইশিংনা লায়েংবদা মবমদা বাবেংশিং মথং মথং
ইদুনা ফোঙখি । মহাকী বাবেংশিং অদু পাবগা ইকী ইশিং শিাজিমদুনা
লায়েংবদা অনাবা কয়া ফাখবর্ম্ম । মদুদগা শ্রীবাওজিভায়না গুজরাট
লোন্দা “মানব মুট্রা” তাববা লাইবিক ইদুনা পুথোকখি । লাইবিক
অসিনা অমুকসু মীওই কয়গি লাযনা কোকতনখি ।

বাওজিভায় মনিভায় পটেল মশামক হবা কংখু পল্লকপসি
১৯৫৬ দগীনি । মবম অদুদগী মশাগী থেম্মায় অদু নিংথিনা থবক
তৌবা ওমদ্রে ।

অহানবদা হীদাক্লা লায়েংলুবদগী চাকখাওদা এসিদ কাহেন্না লৈবগী
 লায়নাদু ফববা মতুংদা থম্মোই শোম্ববগী লায়না বোমদা চংশিল্লক্লে ।
 মদুদগী মমৈদা ১৯৫৮ গী ফেব্রুয়ারী থাদা হাট এটেই তৌবশ্মী ।
 মতম অদুদগী ডাক্তব অমদি মবি মতা পুম্মক্লা মাবু হিংলকখগনি
 হায়বগী আশা তৌদ্রবা মতমনি । থম্মোই শোনবা মবমনা হবা
 কংখু, লোক খুবা, লোক শিৎপা অসুম তোযনা তৌবশ্মী । ডাক্তবনা
 মহাকী লায়না আস থম্মোইগী এজমানি হায়বে । কবিগুন্বা সমাজগী
 থবক অমত্তা তৌদনবা পাওতাক পীবশ্মী । ডাক্তবগী পাওতাক অদু
 মানা ইল্লশ্মী । অদুবু লোক থুংবা, খুবা, লোক অনংবা শিৎপদি
 লেপলমদে । মসিনা অসুকী মাতক বাহল্লশ্মী মদুদি মহাক ইংনা লৈবা
 নত্রগা পোংথাবা যাবমদে ।

কুমজা ১৯৫৮ ফেব্রুয়ারী ৮ দা মহাক্লা ডাক্তব জমুভাবভাওদা
 টেলিফোন তৌদুনা মহাকী ফীভমগী মবমদা খংহল্লশ্মী । থংনবা
 নুমিত্তা সের্থ লাল্লভাইজনা, হোসপিতালদা মহাক চংলে ।
 হোসপিতাল অদুদা ডাক্তব অদুনা য়েংবদা খংলে মদুদি মহাকী
 য়েংথংবা থবোশ্বী চোৎলি চোৎলি লাওদুনা লৈবন। কংখু তৌবা অমদি
 অকংবা লোক শিৎপানি হায়বদু ডাক্তবনা নেপথোল ইঞ্জেক্সন তৌদুনা
 থবোশ্বীদা লৈবিবা মহীক লৌথোক্লবা হায়বদগী ইঞ্জেক্সন অদু তৌববা
 মতুংদা মহাকী হকী ঈশিং আউল ৮০ বোম পুং ২৪ গী মতুংদা
 চংখি । অদুবু লোক খুবা অনংবা লোক শিৎপদি ফবমদে । চৈবক
 অসিদা সববমতিদা লৈবা মতমদুদা, আশ্রমগী জুখাভায শাহা নোংমা
 মনিভাযগী মনাক্তা লাকলশ্মী । মহাক্লা হকী ঈশিংনা লায়েংবগী মতুংদা
 বাবী শাবশ্মী । মতুংদা মহাক্লা হোসপিতালদা লৈবিঙৈদসু মকপ

অমনা মহাক্কী হক্কী জীশিংনা লায়ংবদা হবা ওয়ংগান্ হাংনা মত্‌মম্মী ।
 মত্‌ম অদুদদি মনিভায় নিংবা ব'যন' লৈব'বা মত্‌মান । এ' ওইয়া
 শীজাংসভায় কৌবা মীশিক অমনা মনিভায়দ আমট্টোওঁদী 'বাট'ব প'ফ
 লাইফ" কোপী অমা পানবা পৌবগা লোমননা মশাদা লায়ং, আস
 চাংয়েংবগা বাবী লীবস্কা । লাইব'ক অদ হ' হ' পাববা মত্‌মদা
 মনিভায়না অহনবা ওইনা চ'যোল অমা ও'ব'বা হ'। জীশিংনা মশা
 পুস্বদা তৈদুনা নোইবস্কা । মহাক্কী মচানুপা শচিকান্তানা নু'ব'গা
 ওইনা পুং অমগা মখাই'বাম ম'গা হ'ব'চ'দা হ'দ' জীশিং নোইবস্কা ।
 মাসগী ফলাদি অওকপা ওইবস্কা । ন'মিৎ ১০ ৫' ম'গ'দা হ'দ' জীশিংগী
 ম'মু শেংনা চ'ল'স্কা অদুগী জীশিং চ'ল'প ম'ম'দসু ন'ম'ইত'লা তৌ'দ ।

হক্কী জীশিং তৌ'দ্রুওঁদা শ্রামান'ভ'য় হৌগংগা, ফম'দ'দা স্বা'দা
 খাওবা ওমদ'না অ'দ'ব'দ'গ' ক'ব'স্কা অ'গ'গী ম'ত'ে'না ন'হ'ব'দ
 হৌগং ফ'ম'থা তৌ'ব' ও'ম'ম'দে । অদুবু চ'ল'ল' ম'ম'গা ম'ত্‌ম'দ'দা
 হৌগং ফ'ম'থা তৌ'ব'দা ক'না' ম'ত'ে' দ'ব'কা'ব ও'ই'ব'ক'দে ।

ন'ম'ল'দা ন'ব'স্কা খোওঁদা চিক্কাহা পু'দ' ন'মিৎ ৯নি শু'ব'দা প'ম'দ
 ফ'স্কা । উ'ন'শাস্ হা'গ'গী ম'তৌ'দা ন'ম' লৈ'বে । ন'মিৎ ১২ দ'গা ১'
 ফাও'ব'গী ম'নু'দা ক'ব' অ'ম'দ অ'নাং'ব' লোক' শিং'ল'হা ন'প'দে । চ'যোল
 অ'নি'গী ম'ত্‌ম'দ' চ'ল' লৈ' হা'ক্কা শে'লে, ন'ং'হ'ই'বা ও'ও'লে । হাং ও'দ'দ'
 'ন'পাল ফাও'বা নিং'হ'না ও'দ'দ' হা'বে । ১৫ই ও'ই' দ'দ'দা ম'দ'না ম'গ'গা
 ম'পাং'শিং'না মহাক্কী উ'ন'শা হো'ং'তৌ'ক'ক'পা, ক'ব' ম'গ'ব'ব'গা ও'ব'দা ই'ও'ক
 ও'ক'পা পোক'খি । ব'ব'খু'গা লো'ফ'না লৈ'ব'স্কা অ'দ' ম'চা ম'শু'ং' ম'ও'দে ।

ম'শা নুং'ভ'য'ব'দা ম'ত্‌ম'দা মা'চ'চা ৭ তা ম'নি'ভ'য় হো'স'প'জ'ন'দা
 চ'ত্‌না জ'ঙ'ব' উ'চ'গ'ম্মা । লো'ফ'ন'না মহাক্কা "বাট'ব ও'ই' লো'হ' " কোপা

অমা ডাক্তৰ অদুদা পাহল্লম্মী । পাববা মতুংদা ডাক্তৰনা মাগী মশাদা
 য়েংবা অদুদগী খঙবদি মহাকী চাওখৎলম্মা (১) থম্মোই খবা মথৈ
 হন্তবে । (২) থম্মোই চোৎ চোৎ লাওববা ফবে অমদি তশেং
 তশেংনা লৈবে । (৩) লোক খুবা, নত্ৰগা লোক অনংবা লৈত্ৰে ।
 (৪) থম্মোইগী মীহন মিনিট অমদা ৮৯গী চাংদা লৈবে । (৫) ব্লদ
 প্ৰেসব ১৪০ অমসং তেম্পবেচব মহৌশাগী চাংদা লৈবা থেংনবে ।
 মথংগী নুমিত্তা ডাক্তৰগা তায়বদা হকী ঈশিংনা লায়ংবগী কান্নবদু
 ডাক্তৰস্ যাবদুনা লায়ং অদু ৮৭থবা হৌবগী নুমিং নীনী চবা হেনবদু
 ডাক্তৰনা যাবে ।

চবা হেনবা হৌদ্রিঙদা ডাক্তৰনা মশাগী ফীভম বেকোদ লৌবম্মী ।
 মহাক্সা অযুক্তা ৮৭থবা হকী ঈশিং আউল ৩ অদ লোয়না থকচিল্লম্মী ।
 মতুং এবকপা ৮৭থাক্কপা হকী ঈশিং পুন্নমক লোয়না থক্লে ।
 নুমিদাং পুং ১০ দা ডাক্তৰ অমনা মশাগী ফীভম অদুগী বিপোট
 লৌবম্মী । লৌবগা জাসুভায়ভান্দা পাবম্মী । বিপোট অদুদগী খঙৎল
 মদদি ব্লদ প্ৰেসব ১৩০ দগী ১২০ দা হন্তবে । মাস নোংমা চবা
 হেনবগী মঠৈন । নীনা শুবদা ব্লদ প্ৰেসব ১২০ দগী ১০৮ দা লৈবে ।
 মতাং অসি যৌবকপদস্ মহাক্সা ডাক্তৰদা নুমিং খবনি অমগা চবা
 হেনবা যানবা হায়বম্মী । মতাং অদুদদি ডাক্তৰনা প্ৰেসব অদু লো
 ওই হায়দুনা অযাবা পীত্ৰে । অদুনা মহাক মতী মনায় গঙ্কুনা চবা
 হেনবা লেপত্ৰে ।

নুমিং ৫নি চবা হেল্লা মতুংদা হোসপিভাল ৮৭পা মতমদা
 ডাক্তৰ জাসুভায়না শ্ৰীমনিভায়গী মশাদু হেক উবগা “ঐনা নংবু
 য়েংদ্রিঙগী মমাঙদা হায়বগে, মদদি অদোমগী চাংয়েং অদুনা
 ১৯৩

হকী ঈশিংনা লায়ংবা

অদোমগী উল্লা মচু ওলহলৈ হেহা লংনা থোংনা নৌনা ৮৭ ।
 অশেংবমক অদোমগী হকচাংগী ফিভম লিংথনা য়গলকপাসদা “
 ওক্লে, ঐনা অদোমগী মাযপাক্ৰবা লায়েং অদগীদমত্তা সাটিফিকো,
 অমা পীনবা শেষ শাবি ।”

ডাক্তবগী বাই অদু এবদা মনিভাযনা। অৰ্থাথ মদদি মহাক্কা
 লায়েং অসিনা থাম্মাইগী লায়না অসি মপং ফানা থাম্মাইগী
 চাংয়েং অসি মপং ফানা মায পাক্ৰে হাযনা লৌজাখলৌই ।

হক্কাী ঈশিংনা লায়েংবদা কাগ্গনা ফং ১১১৯ দা
 অবোযবা ওউনা মনিভাযনা নুমিং হুমান চবা হেংনা হক্কাী ঈশিং
 অমদি ঈশিং থক্কানা লেনাথি । মত্তম অদদি দাদ প্রেসব ১৩১ দগা
 ১০৮দা হুহুৰ্ম্মী, মশা শোভুবা ফাওলম্মী । থাম্মাইগী মাংনা গান্ধা
 হুহুনা হুহুৰ্ম্মী । মদুগী ফংদি ফিবাভা পোমথংপা লোয়না ঠাংগ
 লোম চাওথোকথি । মত্তমদ ঈশিং চংপা মাং নাইলবএ । মপা
 থোকপা অথিংবা লৈবকপা ইবোয়না স্বাং খাদা পোমথংলম্মী ।
 লাক্ৰিবা খুদম অসি ফংবদগী মনিভায চবা হেংনা লেপ্পে । আস্তুন্ন
 মওং অসি লাকপদা ডাওব কৌদুনা ফেংবদা মশাগ ফৌম হাংগদা
 হনজিল্পে হাযবম্মী । হুঞ্জিল্পে ফাওবদা মশা শোভবম্মী । ফংবদা
 হীপুনা লৈবা তাথি । চেনা অদ খাওবদা বাবম্মী ।

লায়েং অসি মায পাক্ৰবা হোংবদা মনিভাযনা মশাগ
 অবানবা অমা হৌবদে হাযনা মত্তমতা থাওবকাথি হাংনা “মনাব
 মূত্রদা” ইবদুনা অৰ্থাথ মদদি থাম্মাইগী শোকনকপদা পুন্ পুনি চবা
 হেল্লোয়দবনি । মশাগী ফিভমদ, অকাযবা নাকপ্ৰদা টেলক আসদ
 মহাক্কা আমষ্টৌভনা থাম্মাইগী লায়না নাবা মাওই অমথক হকচাংদ

হক্কী ঈশিং তৈবগা চবাদি হেলহন্দনা চযোল ১২ নিদা অনাবা
ফহনখিবদু নিংশিংলম্মী । আমষ্টোঙনা নুপা অদুদা নোংমদা চবা
অমতমক পীজবগা লায়েংখিবদুনা মনিভায়দা থাজবা অমা পীবম্মী ।
মর্দাদি থম্মোইগী লায়না নাবা মীওইদি চবা হেন্দুনা লায়েংবদা
অকাযবা লৈ হায়বা ।

মশাগী লায়েংবদা কান্নবা ফংলবা মতুংদা শ্রীমনিভায়না মশাগী
লায়েং অসিগী মবমদা থাগী চেফোঙ “শংসাব” দা ইদুনা ফোঙবদগী
বোম্বেদা লৈবা চহি ৩৬ শুববা শ্রীপানলাল এন মোদি কৌবা মীশক
অমনা মঙোন্দা অসুম্মা চিথি ইবকাখি : “অদোম্মা অদোমগী বাবেপ
অদুদা পল্লিবা অনাবগী খুদম পুম্মক ঐগী হকচাংদা লৈববনি ।
ডাক্তবনা মান্নবা হীদাক ঐঙোন্দসু থাবম্মী । ঐঙোন্দা অহানবা হাট
এতেক তৌখিবসি ১৯৫৪ দনি । অহানবা হাট এতেক অদুগা মতুংদা
অনৌশুবা এতেক্কী শব্বক থুংলবে । ঐ ইশা অসি হীপুনা লৈবা চযোল
৫ শুবে । তাং ২/৬/১৯৫৮ ইং দদি ইশাগী ফীভম অসুক্কী মতব
শাখিবে । ডাক্তবনা ঐগী লায়নাসি “মিট্রেল হাট দিজি বিয়ুমেতিক
কনজেষ্টিব কাবদিয়াক ফেল্লব” নি হায়বে ।

“ঐনা চিঠি অসি মঙোন্দা ইখি মবমদি লায়েং অদু ঐসু
চংথান্বেদগীনি । ডাক্তবনাদি লায়না অসি কোকপা ওমদবা লায়নানি
হায়ববনি । অমবোমদা ডাক্তবদি অমুক্সসু হায়বিবা লায়েং অদু চংথগে
যাবক্লবোয । অদুনা ঐনা লায়েং অদু চংথবা তাবগদি অদোমগী
পাউতাক ঙাইজবি” হায়না শ্রীপানলাল মোদিনা চিঠি ইবম্মী । চিঠি
অদুগী পাওখমদা মনিভায়না মশাদা চংথাখবা নিয়ম অদু তমখিবগা
লোয়ননা চেকাশন বাটৈ যাওবা পাউতাকসু পীবদুনা ইবম্মী ।

মহাক্সা চিঠি অদু হেক ফগৎলগা লায়েং অদু হৌবগা লোয়ননা
মশাদু জর জর ফগৎলগা । আগষ্ট থাগী অরোইবদা মশা গল্পগী
মওন্দা হনজিল্লকুনা ওফিস কাবা ওম্বগী গাঙ্গল চপ চানা লৈবশ্মী ।

মনিভায়না “মনাব মুট্ট”দা থাম্মোইগী লায়নাবু হক্কী ঈশিংনা
ফহনবা ওম্বগী খুদম পুথোকপসিদা নঙনা লায়না অতৈ কয়ামুক
ফহনখিবা ময়েক লারবা খুদম উৎলি ।

টিং বিঃ

ইং কুমজা ১৯৬০ গী মার্চ থাগী ১২ অমসুং ১৩ দা
অহমেদবাদকী হরিজন আশ্রামদা পাংথোকখিবা খন্ন নৈনবা মীফম
(সেমিনার) অমদা ময়াই তাংবল লৌখবদু শৌরাষ্ট্রাদা লৈবা
আয়ুববেদিক বিছাস ইন্সটিটিউতকী ডাইবেক্তর পানবিনদাস মেহতা
এমঃ দিঃ এমঃ এসঃ নি । ডাক্তর কয়ামুক সেমিনার অদুদা লাক্সশ্মী ।
অসিগুম্বা হক্কী ঈশিংনা লায়েংবগী মরমদা খন্ন নৈনবা মীফম অসিদা
মীওই ৪০ রোমনা মথোয়না হক্কী ঈশিংগী মরমদা অখঙবা অমদি
মশা মশাদা লায়েং অসি চৎখাখবদা ফংখিবা ফল অদু লৌবশ্মী ।
মীওইশিং অসিগী মরমদা অহমেদবাদতা লৈবা খ্রীষ্টমতায় পাংচল
কৌবা মীশক অমা মহাক মশাবু টিং বিঃ না নাকবদগা থক্কী ঈশিংনা
লায়েংবদা ফগৎলকপগী বারী লৌবশ্মী । মদুদা ময়াই তাংবল লৌখবদা
ডাক্তর পান জিবন দাস গুৰুপনা থম থেংলশ্মী অমসুং নুপা অদুনা
মশা লায়েংদুনা ফংখিবা মরমদা অইবা চেবোল অমা পানবা
থায়বশ্মী ।

হিমভায়না অসুম্মা ইবদুনা থৌবকাখ । “মমাতগী অসি এ বোম
থৌবকাখিগী টিং বিঃ না নাববা অমাদা অমা ওউবশ্মী” । লৌখ খবঃ

হক্কী ঈশিংনা লায়েংবা

১৯১১

অমদি লাযহৌ তত্তনা হৌবশ্মী । হকচাং অসি শক ঙাক্তা উবশ্মী ।
 ডাক্তব অমগী মখাদা লায়েংবদগী খবা খিত্তং শাফবগুম তৌবশ্মী ।
 অদুবু মথং নিংথমখাদদি হাল্লগী ফিভমদা হনজিনবগা লোযননা
 লাযহৌগা লোযননা লোক খুবনা ঐবু লান্দাবশ্মী । মতাং অদুদা
 অতোপ্পা ডাক্তব অমনা ঐবু শোকলিবা শবক ওপেবেসন তৌদুনা
 লৌথোক্লবা পাওতাক পাবক্লে । অদুবু ঈশ্ববগী যৌজান্দগী মতম অদুদা
 ঐগী মবি মতা অমগা থেংনবদা মহাক্লা ঐগীসি হকী ঈশিংনা
 লায়েংনবা হাযবশ্মী । মদুদগী ঐনা নুমিৎ ৭ হকী ঈশিং তৌদুনা
 নৌইবা হৌবশ্মী । চযোল অমগী মতুংদা হকী ঈশিং থকপসু হৌথ্রে ।
 চযোল অনীগী মতুংদা ঐনা শ্রীবাওজিভায উন্নবদগী ঐনা ঐগী লায়েং
 হৌবিবা অদুগী মবমদা মঙেডান্দা বাবী তৌবশ্মী, মদুদা মহাক্লা ঐগী
 বাদু তাবদুনা চেকশিন বা খবসু হাযবশ্মী । হৌজিক থা ১১ হৌথ্রে ঐ
 ডাক্তব উন্নদ্রে হৌদাক অমতা চাদ্রে । চাখি থকাখবা তুপ্পা অমদি
 অবাম খৌবাংবা পোকপসি অসুকাঁ মতিক লৈবে । খোঙ হান্না মতম
 নাইবে । হৌজিক্ত নোং মবজা চৎপদসু ক'বস অকাযবা লৈত্রে ।
 লায়েং অসি থা ১১ চৎখবকপদা ক'বৎপ্পা মবক মবজা লোক খুবা
 যাওখ, মদু নুমিৎ ১/৩ গী মতুংদা মাঙখি । অমবোমদা ঐনা
 ডাক্তবগী হৌদাক অমতা যাওবা চাদ্রে নএগা থমুংদা হাপ্পুনসু লৈত্রে ।
 চান্নমমক লায়েং অসি যান্না কান্না অমদি হৌগাৎনিংঙাও ওইবা অমনি " ।

অতোপ্পা চাই ১৮ শুববা অহমেদনাদক' শবদি শৌবদা লৈবা
 শ্রী এন দিঃ নেহতা কৌবা নতা অমনাসু মহাকপু ডাক্তব ১৮ বোম্বা
 টি, বিঃ না নাবে কাকপা ডমলবোহ হাযবদগী হকী ঈশিংনা
 লায়েংবদা ই ওশ দাইবফা তৌবা অবম লাইহৌ তৌবা চাব' তুমদবা

হকচাং শোচুবা অমদি ঈ থাংদবা পুন্স ফাখবগী ব্রাবিসু লাইনিক অসিদা
নৈনবি ।

মথং মথং ওইনা কুমারি কেঃ আতঃ সাঃ কৌবা
 অমহেদবাদতা লৈবী চহি ৭ শুববী নুপী মচা অমসু শবগী টিঃ 'ব
 নাবস্বদগী তকী ঈশিংন' লায়েংবদগী ফাখবগী বৃদম পীবদনা "মনাব
 মুটু" দা ইবি । নুপী মচা অসি ফমুংদগী হৌগংপা ফাওবা ভমলমদে ।
 লোথননা নাকল অমদগী অমদা ওন্তোক ওর্নাশিন তৌবা ভমদ্রবান ।
 মহাকী যেং থংবা ফৈগলনা মঃম অমঃ পোমখংলকপদগী হৌম ও
 পের্থ ডাঙল গুর্ননিধি ডাঙনা হৌমিওগী তদাক অমঃ পাঙদনা
 অপোন্না অসি কামথোকপা মঃমদা নাতি পাউন্ড অমঃবাম লৌথোকসু ।

মহাক্কী শ্রীএ. এ. দঃ মেহতা অমদি কং. কো. গ্রা. সাহা.
যেংখবসিদি হোমিওপ্যাথি ডঃএল ডঃএল।

মতাক্সা সেন্সিনাৰ অদুদা মতাক্সা ওমতুদলাদত। লেখা
 দিসাপেক্ষৰি অদুদা মতাক্সা ওমতুদলাদত। লেখা ওমতুদলাদত।
 য়েখাৰীয়া মতাক্সা সেন্সিনাৰ অদুদা মতাক্সা ওমতুদলাদত। লেখা
 পনবগী বাফমতুদ।

অসুখা তৌদুনা। এলুবা খোঁপা, বাঙালি খোঁপা।
 আসগী তুমাখবল। এলু আসগী এলু আসগী।
 ইদার ইলু খা খোঁপা।
 লাগল। অসি ইদগ।
 চাখবল।
 লক থকুবা প।

পৌজবশ্মী । নুৰ্মিৎ হুৰ্মনি শুবদা লাই থোকপা লেপত্বে । চানিং
 থকনিংবা পোকলকলে । ডনি শুবা নুৰ্মিত্ৰা মহাকপু চবা অনী চানবা
 হায়বশ্মী । নুৰ্মিৎ ১নিদগীদি নোংমদা চবা ওলক চাহল্লশ্মী । লোযননা
 শুমাংদা ডাহৌ ডাহৌ চৎপসু ঙমলক্লে । নুৰ্মিৎ ১৬ নি শুবকপদদি
 মহাকপু হকী ঈশিং থকপা লেপত্বে । হৌজিক্তি নুপী মচাসি মশা চপ
 চানা ফগৎলে । অসুম্মা কুমাৰি কেঃ সাহ নুৰ্মিৎ ১৫নি হকী ঈশিং না
 লায়েংবদা মশা মহৌশাগী ফীভমদা যৌবকপা ঙমখি । মসিগী মথক্তা
 মাগী কচ, মাযথোং ফজবকপা, চানিং থকনিংবা পোকপা অমাদ
 মপাঞ্জলস মহাক্তা চ'হ লোজাগী মমাংবশিংগা মাংগনা লৈবে"

Eosinophelia

লোক থুংবা অমসুং থুবা

লায়না মখল অসিনা কোৰ্ণিসিল্লিৰ্ভাদি লোক থুংবা, লোক থুবা,
 তকচা চোকথবা চাবা হুদদা মবক মবত্ৰসু ক'থু তৌবা লোযননা
 নপ তিলা তোযনা এবনি ।

গুণাপাল্লাল গাবদদা কেবা অমখক লায়না অসিদা মশক
 ত্ৰাভুয়ে ত্ৰাষ্টবা, না'ত্ৰে . . . ত্ৰেগা লোযননা . প মত্ৰ অমাদ
 . পত্ৰা ত্ৰাদি . নাবশ্ম .

ম শক অসু ত্ৰেভ'ব . . . ১৫৫৮ অশ্বাতিদগা . বা
 ত্ৰেবদ চ'হা নাবল্লবা মত্ৰদা ম'ত্ৰ প'ল্লনা
 অবদ চ'হা প'ত্ৰা অচানবা চ'হা দোপ
 ত্ৰে ত্ৰে লো'শাল

হামদোকপা অমদি চিল যা শেঙদোকপা' লোযববা মতুংদা আউল ৬
লোম থকচিল্লম্মী । লেমহৌববা শবক খবদুনা মহাক্কা মামদা
নৌশিল্লম্মী । অসুম্মা শিজিল্লবিবা মণ্ড অসিদা মথা তানা
শিজিল্লবকপনা লোক খুবা থুংবা নপ তিন তাবা পুম্মক ফদুনা হকচাং
মহৌশাগুম ফগৎলকুম্মী ।

হরা-কংখু

এজমা হাযবিবা লামনা অসিনা নাববা, সনম্মিল লেন লবাব
পবেল বোম্বোদা লৈবা দন্তী কৌব চহী ২৫ শুববা মীশক অমনা
“মনাব মুত্র” পাববদগী মসিদা যাওবিবা লিয়েং অদ্ ৮৭থবদগী
মশাগী এজমা পুমকোক কোকখিবগী ব্রাহ্ম “মনাব মুত্রদা” যাওবি ।

লাইবেন শজিক

লৈদা কেসব নাবা :- স্ত্রী হুম্মুখজি পানবালা, (১৯৭৬
সভাকনি বাদি অহমেদাবাদ লৈবা মীওই অসিদ পোকপা অহল অদ্
লৈদা কেসব পত্নী নাবদগী এলোপথিক্স লিয়েংদা ফবা ৬মদবদগী
হক্কী ঈশিং থকুনা নুমিৎ ১০ নি চলা হেনবদগী অঙকপা মংনা কামবা
ফংখি । মতুংদা বাঙজি ভাংগা তামবদগী হাম্বা নুমিৎ ১৮ নি
চবাহেনবগী পাউতাক ফংবগা লোয়না চাবা মতমদা চেৰ্শনাবগা
লোয়না, শঙ্কাম চিনি, ধুম, অমদি অটো চঞ্জাক ক্যাস চাদনা
হাযবম্মী । থা মথায় অমগী মনুংদা মহাক্কা অ'পাকপা অহল অসিদা
অঙকপা অমা লাক্কে মদুদি ৭০০০ দি ফব' ওমলে । অদুদগী মতম
খবগী মতুংদা অমুক মমিৎ ৮৭লবা হাক্কা অমদা ৮৭তুনা চেক
তৌকবদা ডাক্তব অদুনা অনাবা অদ্ পুমফা ফবে হাযবকখি হাযনা
মচানুপানা আইবা বাবোল পাবকপসু লাইবিক অসিদা নেনাব ।

Throat Cancer

খোঁচাওদা লাইবেন শজীক

চহি ৪৫ শুববা জৈইন লম্বোইবা অমা কেম্বনা নাবম্মী (মহাকী ঙ্কশমদা পোমখংপগী খুদম লৈ) বেম্বোদা ইলেক্ত্রিকী লায়েং চংথনবা মহাক চংলম্মী । মদুগী ফলনা হান্নগী অপোমবদু মাঙ্ত্রগা নাকল অমবোমদা অমুক পোমথোকপা উবম্মী, মহাক অকনবা লোক খুবা অমসু লোয়নবম্মী ডাক্তবনা মহাকী অসি কেম্বনি অদুনা টাটা হোসপিতালদা চংনবা পাউতাক পীবে । মতাং অসিদা শ্রীবাবুভায়ন লম্বোইবা অসিগা হেক উল্লকবে । নুমিৎ অদু মহাক্কা বোম্বগীদমক খোঙশানগদবা নোংমা বাৎলিঙৈর্দনি । নুমিৎ অদুদা বাবুভায়না মঙো দা হকী ঈশিংনা লায়েংনবা হায়বম্মী । লোয়ননা “ব্রাটব ওফ লাইফ” কপি অমা পীবম্মী । অদুদগী অনাবদু বোম্বো চংপা তোন্ধে । লাইবিক অসি পাববা মতুংদা মথংগী নুমিৎঙগী চংলকপা হকী ঈশিং পুম্মক থঙুনা চবা হেনবা হৌথ্রে । হকী ঈশিং থকপা অসিদগী মশা নুংঙাইবকপগা লোয়ননা মশাদু থোং থোং লাওবন্ধে । মতুং নুমিৎ ৩ নি শুবকপদা লোক খুবা লেপথ্রে । মবম অসিনা মহাক্কা হকী ঈশিংগী লায়েংদা মপুং ফানা থাজনা লৈবকপদগী মখা তানা চবা হৌল্ল, মতুংদা বাবুভায়গা থা অল্হম লৈবগা উল্লবা মতমর্দদি মশাদা অনাবা লৈবমদ্রে । অসুম্মা হকচাংগী মপান্দা তৈবা অমর্দি নোইবা যাওদনা লম্বোইবা মপুং ফানা যথ্রে ।

চখাওদা লাইবেন শজীক

পলানপুব ম্যারিনসিপালিটিগা মেম্বব শ্রীমফটলাল, চন্দ্রলালগী চহি ৩ তমক ঙাইবিবা মচানুপা সুবাস কেম্বগী খযাত্তা তাবম্মী । মচাদু মতম

চাদনা শিবমগদবদগী কল্লক্লবা মতুংদা ২২/৪/১৯৫১ ইং দা মহাক্লা
চিঠি ইবকতুনা মচাগী লায়না অমদি লায়ংবগী মবমদা খঙহল্লক্লম্মী ।
চিঠি অদুদা অসুন্না হয়বি ।

“মমাংগী চহীদা ঐগী ইচানুপা সুবাস নাবম্মী । মহাকী
চাকখাওদা কেসব তৌবদগী অথিফমদা নাই হাল্লম্মী । নাই অসি
লৌথোক্লবা অথিফম অসি থাঙ থাবা তাবম্মী ।

মমৈদা বোম্বুগী টাটা হোসপিটালদা ঐনা মাবু পুদুনা
যেংথোক্লম্মী । হোসপিটাল অসিগী ডাক্তব বোবজীনা এক্সবে
লৌববা মতুংদা অঙাং অসিগী চাকখাওদা কেসব লৈবে হায়না উৎখি ।
ডাক্তবনা অনাবগী চাকখাওদা অমদি অথিফমদা দিপ এক্সবে তৌবা
তাবনি হায়না মত পীবম্মী ।

অদুবু পাউগী চেফোর্ডশিংদগী ঐনা হকী ঈশিংনা লায়ংবগী
মবমদা পাকবদগী লায়ং অসি চংথনবা বাবেপ্পে । মতুংদা
শ্রীগোপাল্লাল জাবেবিগী পাউতাক অমদি “মনাব মুটু” দা পীদিবা
চেকশিন বাঁশংদু লৌবগা লোয়ননা অঙাং অসি হকী ঈশিং অমদি
লুমথোক্লবা ঈশিং পীথডুনা চবা হেলহল্লে । চবা হেলবগা লোয়ননা
মশা অদুদা অযুক অমদি নংখিলদা অনাবক হকী ঈশিং তৈদুনা
নৌবম্মী ।

নুমিৎ ৪নিগী মতুংদা ঠকচাংগী শকর্কশিং অমদি কোন্ডা পোন্না
থেংনবে । পোন্নিবা মফর্মশিং অদুদগী নাই লৌথোক্লে । মফর্মশিং
অদুদা হকী ঈশিংনা চোংহল্লবা ফানা থোমলে । মতুং নুমিৎ ৭নি
লৈবগদি অনাবাশংদু ফথিবমলে । মতাকপু তম্বদা লায়গদবা চাঞ্জাক
খবতমক পীজবা হৌবম্মী হকী ঈশিং থকপা নৌইবদি নুংতিগা ওইনা

চৎথবশ্মী । মদুগী ফলনা অথিফমদা শোকলম্বদু ফবে । অসুম্মা
লায়েং অসি থা ১ চৎথববা মতুংদা অনাবা অসি মাঙহনবা ঙুমথি ।

মতুংদা মাবু ডাক্তবনা যেংবদা অঙাং অসিগী লায়না মাঙথ্বে,
লৈত্রে হাযবে । অদুবু লায়ং অদুদি লেপ্পা তৌবমদে । চযোল অমগী
মতুংদা ঐখোয়গী ডাক্তবনা সুবাস অমদি ঐবু পুংগা নাগপুব
জনেবেল হোসপিতালদা ইচা অসি যেংথোকথি । মদুদা সুভাসকী ঙ্গ
অমদি ইক্কী ঙ্গশিং লৌদুনা যেংবদা মহাক কেঙ্গব লেত্রে হাযনা
লাওথোকথি । হৌজক মশা যেংবদা নুংঙাইনা লৈবে ।

Diabetes

ঙ্গশিং পুকচৎপা

“জযোটিভিদ শ্রীজয়কৃষ্ণদাস দায়বাম পাঞ্চল, বোম্বে, (২৮ সুবজ
বিলদিং, এলফিনষ্টোন বোদ, বেম্বে ১৩) হাযবিবা মীশক অসিনা
মহাক মশাগী ঙ্গশিং পুকচৎ কবম্মা ফহনখিবগে হাযবগী মতাংদা তাং
৬/৬/৬০ ইংদা ফহনখিবগী ব্রাবোল অমদা অসুম্মা পীবি :

“চহি ৫ গী মমাঙদগী ঐ ঙ্গশিং পুকচৎনা নাবা অনাবা অমা
ওইবল্লশ্মী । ঐগী অথিফম মখাদগী উল্লাদা পোকখাযবা, চোভুনা
কুবোল লুবা তৌবশ্মী । মপান থোকপা মতমদা হাক্কচবা ফাওদুনা
নুংঙাইবমদে । মতাং অসিদা ঐনা কেম্প এন্ড কোগী মোলম অমা
লৈবশ্মী, মদুনা নঙ্গলদগীনা খোঙদোন ফাওবদা লৈবিবা তাঙশিংদা
চিক্লশ্মী । মতুংদা চিকপা অসুম অসুম হেনগৎলকথি । অহিংদা ৩ লক
নত্রগা ৪বক হৌগৎন্তনা মপাল থোক্তবা যাবমদে । চহি ৪ অসুম্মা
লেপ্পক্লবা মতুংদা ডাক্তব অমদা চৎভুনা যেংলবদা ঐ অসি ঙ্গশিং
পুকচৎনা নাবে হাযবা খঙলে । মতম অদু ঐ চহি ৪০ শুবকপদনি ।

ফীভম অসিদা এলোপেথিক্কী হীদাক চাদুনা য়েংবদা য়ুংদা চিনি যাওবদু
 খরা হস্থবগা লোয়ননা হকচাংগী অকম্বসু খবা থিং হেনগৎলক্কে,
 অদুবু ঐনা চাক খরা খবা চারুবদগী য়ুংদা চিনি যাওবা অমুক
 হেনগৎলক্কে, অদুদগীদি ঐনা হীদাক চাবা পুমলেপ লেপ্নবা মতুং থা
 ৩ লৈরগা হক্কী ঈশিং (য়ুং) না লিয়েংবা হৌথি । ঐনা ইশাগী য়ুং
 অদু লৌশিনল্লগা ৭/৩/৬০ দগী হকচাংদা তৈদুনা নোইবা হৌরম্মী ।
 অদুদগী ১৪/৩/৬০ দগী য়ুং থকপসু হৌরে । অহানবা হৌবা
 নুমিত্তা হক্কী ঈশিংতমক থঙুনা চবা হেল্লম্মী । মতম অদুদা কোক
 নুংঙাইতবা ফাওরম্মী মদুদা ঐনা করিগুম্বা থিঙং চাবম্মী । মথংগী
 নুমিত্তগীদি নুংতিগী ঐনা নোংমদা হক্কী ঈশিং গ্লাস অথনবা ৪ রোম
 থকপা হৌরম্মী । নুমিং চিনি গুরকপদদি চিনি যাওবগী চাং য়াম্মা
 হস্থরম্মী । অদুদগীদি থকপগী চাং অদু নোংমদা গ্লাস ওদা হস্থরে ।
 মতুংদগীদি অযুক্তা নোংমদা আউস ৪গী চাংদা থকপা অমুক হৌথি ।
 মতম অসিদদি য়ুং অদু পুদুনা য়েংথোক্কুবদগী চিনিগী শক্কক অমত্তা
 য়াওরদ্রে ।

ঐনা লিয়েং অসি ৮৭থরিঙে মতমদা ওনিং খোৎনিংবা নত্রগা
 ওথোকপা, নত্রগা ফন্তবা অমাঙবা চৎলকপা থেংনদে । কবিগুম্বদা
 য়ুংদা য়াওবক্কিবা চিনিগী শক্কক অদু য়াম্মা তাথবকপা মতমদা কোক
 নুংঙাইতবা ফাওরকপা য়াওথি । অদুদা ঐনা তোঙান্না চিনি খবা
 চাশিনস্ত্রবা মতুংদা নুংঙাইতবা অদু ফস্ত্রে ।”

মথা তানা থিজিল্লুবদা মতুংদা

হকী ঈশিংনা অনাবা কয়া মথং মথং ফহল্লকপা থেংনবকপদগী
বীজ্ঞানগী ওইনা থিজিল্লুবদা (ইউঃ এসঃ এঃ) গী প্রেস বিপোট
অমদা (ওক্তোবব ২৭, ১৯৬৭) অসুয়া পিবি :

"An extract from human urine shows great promise for treatment of certain deadly disease caused by formation of blood Clots," Research Physicians said at the Scientific Sessions of American Heart Association This extract is called "Urokinase" and it activated substances in the blood stream that dissolves the clots "Experience has been obtained with about 200 patients with pulmonaryo, dema, the most comon serious lung diseases, "Dr Shery poited out "

হকী ঈশিংগী মবমদা সাইন্স দাইজেষ্ট জুলাই ১৯৫৮,দা মথাগী
অসুয়া ইবি ।

" Normal Human Urine has been found to contain powerful artery dilating agents resembling Netro Glycerine in the ability to increase the Coromary blood flow to the cardiac muscle used for the relief of "Angina pectoris"

ফেদেবেসন ওফ আমেৰিকান সোসাইটি ফোৰ এক্সপ্ৰিমেণ্টেল
বাইওলজিচনা এপ্ৰিল ১৯৬৬ তা হকী ঈশিংগী মবমদা ফোৰ্ডখবদি :

"The two researchers found unexpectedly last year that the urine extract, which, they called "Derectin" when added to the culture medium causes all the cancer cells on which it has been so far tested to align themselves ended into straight rows"

অতোপ্পা অখঙ অহৈশং খবনা অনাবা অমদি হীদাকী মতাডদা
তোঙানবা মত খবসু মখাদা পীৰ ।

দি দাইবেটিষ্ট এসোসিয়েসন ওফ ইন্দিয়াগী ভাইস প্ৰেসিডেণ্ট
ডাক্তৰ এসঃ এসঃ আজগোনকবনা অসুখা হায :

The Diabetes which ranked 20th a "Killer" a few years ago now ranked only 7th Diabetes can be cured

ৱালৰ্দ হেলথ ওৰ্গেনাইজেশনগী দাইবেক্তৰ জেনেবেল শ্ৰী
এনঃ সিঃ কন্দনা হায :

Millions of persons will be infected by parasitic diseases over the next 20 years and medicine will not be able to do anything about it, due to the development of drug resistant bacteria and germs '

মথকী ৱাবোল অসিদগী ঐখোযনা খঙনা ওমুদ হকী ঈশিংগী
তমথিববা অনাবা খববু ঙাকথোকপা ওমু শক্তি যওদি হাযনা
ফ্ৰেনসিসকোকী সাইন্স বিপোট, সাইন্স দাইজেক্ত অমদি ফেদেবেসন
ওফ আমেৰিকান সোসাইটি ফোৰ এক্সপ্ৰিমেণ্টেল বাইওলজিচনা মত

দীৰ্ঘ । অদুগা অতোপ্প দি দাইবেতিস এসোসিয়েসন ওফ ইন্দিয়াগী
 ভাইস প্ৰসিডেণ্ট ডাক্তৰ এসঃ এসঃ আজগোনকব অমদি ব্ৰালড
 হেলট ওগনাইজেসনগী ডাইবেক্তৰ জেনেবেল এনঃ সিঃ কন্দনগী
 মত মতুং ইন্না দাইবেতিস (ঈশিং পুকচং) হাযবিবা লায়না অসি
 ফাজিন্দুনা থম্বদি ওম্বী অদুগা পুমফা ফমহনবদি ওমলোয় । লোয়ননা
 মথংগী চহী ২০ দদি হীদাক মশিং হেনগৎলকপা চাওখৎলকপগী মতুং
 ইন্না অনাবা কয়গী মশিং হেনগৎলকগনি । মসিদা হিদাক্কা কবিগুন্না
 অমত্তা তৌবা ওমলবোই হাযবনি ।

অদুনদি ঐথোয়না খঙবা ওম্বসি হীদাক অদুগা লায়নাগী খঙ
 হৈববাশিংনা অনৌবা যুগ অসিদা পুথোক্লিব এলোপেথিকী হীদাকশিং
 অসিনা মীগী পুলি মাঙহনবা ওম্বা তমথিববা লায়নাশিংবু মতম
 লাকশিন্দুনা থম্বা নত্তনা ফহনবা ওমলোই ।

অদুবু অমবোমদা ডাক্তৰনা যেংবা ওমদ্রবা শিবগনি হাযনা
 উপায় লৈত্রে হাযবা অনাবশিং কয়া হকী ঈশিংনা কনবা ওমলবদা হকী
 ঈশিংবু তবায় তবায়না খনবদি ওমলোই ।

ডাক্তৰশিংনা কৰি হায়রি

মুন্সাইদা ফোঙবা ‘যোব ওন ডাক্তৰ’ হাযবা এলোপেথিক,
 আয়ুৰবেদ, হোমিওপেথিক, নেচৰপেথিক অমসুং যোগগী হীবমশিংদা
 নৈনবা থাগী মেগাজিন অমগী ১৯৯৭গী চেফোঙ অমদা ডাক্তৰ,
 জিকেঃ থাক্ৰবনা অসুম্বা ফোঙদোক্লি “পৃথিবী অসিদা মীওই কয়ামকমদি
 হকী ঈশিংনা লায়ংবদা চঙশিল্লিক্লি । যেৎমিংঙাই ওই হাযবিবা লায়ং
 অসিগী মতাংদা বিছাসি নচিংবসু চংথবে । অদুগা লায়ং অসি সুপুগী

কোকপা ওমলবোইদবা লায়না খবদা মীওই খুজোক খবতনা
 শিজিলবনি হায়না মীওই কখামুকা খাজনে, মসি অবানবনি । চমদনা
 বাখলনি । মশা-মউ ফবিবা মীওই কখানা হকী ঈশিং থকই । মসি
 থকপদা মখোয়গী ইম্মুন সিস্তেম ফগৎহন্দুনা হেন্না মশা মউ
 ফগৎহল্লী, কনখৎহল্লি । মীওই কখানা হকী ঈশিংগী বাফমদা বাতং
 কখামুক হংল্লি । বাতংশিং অদাদি :

১) হকী ঈশিংনা অসকী মতিব কান্বেদি কবিগীদমক চকচানা
 মাবু তাহোন্ধ'কবনো ।

২) হকী ঈশিংদা যওবা অমসং মাতনা তাকুবা পোৎলমশিং
 যাওবে হাযবগনা কবিগী মসিবু শিজিংবদা ও ওইবকাবনো ।

ডাক্তর জিঃ কেঃ খাকিবনা মখা শমথবদনা নিংশিংগা :

“খায়না মমাংউঙে, কুইদবা মতমদা লম কোইদা অমস
 হীহোনবা মতমদা মখোয়না ঈশিং ফংগুতবদা হকী ঈশিং থকনা
 হীংলম্মী । মসি থকপদা মখোয়গী মশাদা অকাখনা অমদা
 থোকহনখিদে । মখাকী বাতংশ অসিগী পাউখুম চপ চানা
 পীদকখিগনি ।” হায়না ডাক্তর অসিনা “হকী ঈশিংগী মবমদা
 নৈনদ্রিঙৈদা মসিদা কবি ববি মচাও ফাওবা হাযবদা ওইদা চান্না ।
 মচাকশিং যাওবগী বাগোল ১২ ১২ গাক্কাগা” । মতাকা মবা
 শমথবদুনা হায়, “অনাবা ফাওবগী ডাক্তরসিদ, পসি অমনা ইবাউ
 লায়না হিংলিবা অদগুগ্লা যায়। হেব ও মতমদি ওইঙে মসিদা লাজনা
 মীংয়েং বাখল অমসু যাওনা ওইদা অমসু, ওইদা ওইদা
 যাওনা ইখোয়গী সমাজনা বেঙলিলনি, প্রকৃতি (মহীশা লাইলম্মী)

না মীওইবগী পুষ্টিং নেচবনা মশাবু কবল্লা যেংশিন খোংচিঞ্জগদগে
হাযবদু মীওইবনা খঙজৈ । ঐখোয খুদিংনা মঙোলদগী তমগদবা কযা
অমসু লৈবি । হাযবদি জিবশিংনা মশাবু চাং পুদুনা হিংজনবা মশাগী
জিবনি শক্তি, অতৈশং অমসুং অকোইবগী ঈশিং নুংশিংকী ফীভম
চুং ফীবান চানা থমই । মসিবু অওনবা অহোংবা খোঙচং
(বিসাইক্লিং) কোই । মসিবু কানদ্রবা অমোংপা, অবেন্সা পোংনি
হাযবা যাবা নন্তে । খুদম অমতং যেংসি মদুদি উনানা নাকেনথা
লোযবকপদা কেল্লি, লৈমাইদা তাবকই । কেল্লবা উনাশিং অদু
লৈবাজ্ঞা পুমথবক্লগনি, মথঙ বসন্ত ঋতু চঙলকপদা কেনস্ত্রবা উনাশিং
অদুনা উদু অমুক যোব্বৎতুনা হিংহনগনি । কেনস্ত্রবা উনাশিংদুগী
মপান্না মথঙ চহীদদি পোথোক হেন্না পুথোকপা ওমগদৌবিবনি ।

ঈশিংনা মথং মথং শাইওন লাকপদুসু যেংসি । ঈশিংবু
নুমিৎনা হন্না মনিল ওলহল্লি । মদুনা লৈচিন শেম্মী । মদুদগী নোং
ওইনা তাহল্লি । উন ওইনা লৈহল্লি । নোংদুনা লৈমাই যৌবকলবদা
ইমা পৃথিবীবু শেংদোকই । অমুক হন্না মনিল ওল্লবা শেম শাদুনা
লৈগনি । অসিগুস্ত্রা শায়োন (বিসাইক্লিং) অসি ঐখোয মীওইবগী
হকচাংদসু চংনবিবনি । ঐখোযগী ঈ অসিসু শাইওন লৈজৈ ।
থম্মোইনা ঈবু হকচাংদা কাপশিল্লি । ঈগী মকওইবা মথৌদি ওম্মিজেন
অমসুং ন্যাত্রিয়েনশিং অদু হকচাংগী সেলশিংদা পুদুনা চংখিবদুনি ।
মসিনা হকচাং যৌহনবদা কিদনি অমসুং ফিবাক ফাওদুনা । অদুগা
ইল্লি অনীসিগী মথৌনা মখাগী অসিনি :

ফিবাকী মথৌশিংগী মনুংদা মক ওইবদি ঈদগী ফত্তবংশং
লৌথোখিবনি । ফিবাকনা ঈদগী ফত্তবংশং লৌথোকহৌবগা গোন্ড

ব্লেদব দা থাদোক'খবনি । অকোনবগী অসিদগী ফন্তবশিং
(খন্দোকখাক) অদু ভাইলগী মওংদা অমুক থিংলন্দা অমুক
থাদোকখিগনি । মদুদগী হকচাংগী মপালদা অমাওবা ওইনা থোকখিগনি ।
মতুং অসিদদি ফন্তবশিং লৌথোকখব্বা ঈ অদুনা কির্দানদা চোমিনখিগনি ।

কির্দনিগী মক ওইবা অটোবা মথৌদি ঈদা যাওরিবা মচাকশিং
অদু চাংদা থল্লা অসিনি । মসিনা অমুক ঈদগী অহেনবা মচাকশিং
অমসুং ঈশিং ওইনা লৌথোকহৌই । অসিগুম্বা অহেনবা মচাকশিং
অমসুং ঈশিং অসিবনা হকী ঈশি শেস্বনি । খুদম ওইনা হাখবদা
হকচাংনা মঙোন্দা পীবকপা বিতামিন সিগী শকক অদু মতম অমঙদা
চুপশিল্লি । ঐথোয়না খুদম অমগা অমুক য়েংসি, হকচাংগী সেলশিংনা
পুথোকলিবা প্রোটিন শিং (এঞ্জাইম) কনখংহন্নবা হোংনবদা এঞ্জাইম
অমগা অমগা খুৎশল্লাবা ৮৫ই । কো-এঞ্জাইমশিং অসি চীঞ্জাক্তা
যাওবা মিনবেল নত্রগা বিতামিন । কো এঞ্জাইমশিংব হকচাংগী
শককশিংদা পুদুনা ৮৭লি, মফম চানা থল্লা । ঐথোয়গী হকচাংনা
এঞ্জাইমশিং মতিক চানা পুথোকপা ওমলবস অফবা চাঙাক চাদ্রবদি
হকচাংসে মথৌ নিংখিনা তৌবা ওমদে । হকচাংগা শর্ড (টিনজী),
তুংশিন্দুনা থল্লাব অমসুং ঈগী ৮" কাযদনা লৈনবা শির্জিন্নদ্রবা
এঞ্জাইমশিং অদু কির্দাননা মপান্দা থাদোক'খগনি । অসল্লা
হোবমোনশিং, মিনবেলশিং অমসুং অটৌ মচাক'শংসু মপান্দা
থাদোকখিগনি । মসিদগী ঐথোয়না উবে মদুদি তক' ঈশিংদা মক
ওইববা, কাল্লববা মচাক কযা অমনা থল্লা যাওরি হাযব । মসি
খন্দোকখাক ওইববা অমদি নঙে । অদুগা কির্দাননা অমক হগা' ঈদগী
ফন্তবশিং অদু লৌথোকহৌবগা কোলোন্দা থাদোকব'খ । মমাংদা

হাযখিবগুয়া কিদনিনা ঈদা যাওবিবা কান্নববা পোৎলমশিং অমসুং ঈশিংবুস চাং পুদুনা থম্বনি । শয়া হাযববদা হকী ঈশিং অসি চুমথোক্লবা ঈগী শকক অমনি । ঐখোয়গী ঈদা যাওবিবা কেমিকেল অমসুং অতৈ মচাকশিং অদু হকী ঈশিংদসু যাওবিবনি । মথং-মথং অসুম থিজিনবদা হকী ঈশিংদা চাওবাক্লা মচাক ২০০ বোৰ্মাদ যাওবে হাযবা খঙলে । মসি যান্না পান্নববা মচাক খবদং লৌখংপগী ব্রাদনি । অদুবু হকী ঈশিংদা অনৌবা মচাক মচাক ১০০০/১০০০দা যাওবে হাযবসিদি উন্নবে । পুন্নমকসি মথা তানা থিজিনবক্লবা মতুংদদি শোযদনা পুথোক্লবকপা হাযবদুনি হাযনা ঙাইনিবিবনি ।”

অহানবা ওইনা হকী ঈশিংদা যাওবিবা মচলশিং অদুগী মক ওইবাশিংদি -- ঈশিংনা ৯৫% অদুগা ৫% না বিতামিনশিং, মিনবেলশিং, এঞ্জাইমশিং, হোবমোনশিং , এন্টিবোদিশিং অমসুং এনিমো এসিডনিচিংবনি । হকী ঈশিংদা যাওবিবা মচাক-মচলশিং অদুগা ঐখোয়না হকচাংদা পীবিবা কান্নবাশিং অদুদি :

Uric Acid : মসিনা কেসব পোকহনগদবা হকচাং মনুংদা চংদুনা লৈবা পোৎশকশিংবু কন্ট্রোল তৌদুনা থমই । অহল ওইশিল্লক্লদবা অমসুং টি বি না চিংবা লাক্কদবদগী কন্ট্রোল তৌই ।

Antineoplaston : বিগুন্নব সেলশিংবু শোকহন্দনা কেসব ওইবকপা যাবা সেলশিংবু অখন্নবা মফমদা ইনশিল্লদুনা থমই ।

H-2 : হান্না লৈবম্বা কেসব পোকপা যাবা মাসিংশিং অদুগী মসিং হস্তহনবগা লোযননা কেসব সেলশিং নমর্শিনাথ । মসিনা হকচাংগী সেলশিং শেমর্জিন শাজিনবদা অকাযবা পীদে ।

Beta - indol - acetic acid : হকচাংগী ইন্ড্রিশিং লৈফম
চানা থম্মী ।

Directin : কেসবগী সেলশিং লাইন অমদগী অমদা শেমজিন্দুনা,
মচিন-অমদগী অমদা শমজিন্নদুনা থমই ।

3 - methyl gloxal : মসি নোবেল প্রাইজ ফংথ্রবা (লোবিষেট)
এলবাট Albert Zent Gyorgi না হকী শিংদগী লৌথোতুনা
পুথোকপনি, মসিনা কেসবগী সেলশিং মাঙহল্লি হাযবিবনি ।

Allantoin : মসি নাইট্রোজেনগী শবক যাওবা কান্নবনা
(লিকলাই) । গুস্থগী মচাক অমনি । মসিনা ইয়ুবিক এসিডতগী
লৌথোবকপা ওল্লিজনগা যান্নবগা ওইবকপা পোথোক অমনি;
অশোক-অপনশিংদা ফহনবদা মতেং পী ।

Agglutinins and precipilins : পোলিও অমসুং অতৈ
মহীকশিংবু মছ-মযাই চমহল্লি ।

Gastric Secretory dispressants : চাকখাওদা চাথৎলকপা
(অলসব) থেংনদুনা হেঙ্গংহন্দে। চাকখাও ফগংহল্লি ।

Natural Cortisone : অনাবা পুম্বা ফহন্নবা অমসুং হকচাংগা
চোকথবা ফহন্নবা এজেন্ট অমনি ।

Urine peptide (or pelypeptide) : টিউবকুলোসিস
থেংন্নবা মচাক অমনি ।

DHEA (Dehydroeandrosteroou or
dehydroisoandrosterone) : নুপাগী হকী ঈশিংদা মবাং
কায়না যাওবা কির্দনী মনুংদা লৈবা এড্রিনেল গ্লান্দনা থাদোকপা

হোবমোন যাওবা ভাইল এসিদ (ষ্টেবোইদ) মখল অমনি। যাওবিবা মচাকশিং অসিনা হকচাং নোইখৎপা থিংঙি। পুন্নি নুংশাংহল্লি। ঈ-ব্রাংপা, ঈশিং পুকচংপা (দাইবেটিস) ফহল্লি। লোয়ননা নুপীগী থবাকী শকত্তা (খোমদা) কেসব লাকপা থিংঙি। Platelets, monocytes, macrophages অমসুং lymphocytes গী পোখোক হেঙ্গংহন্দুনা বোন্দ মেবোগী মথৌ তৌহনবা, কনখংহনবা ওমই।

Protoglobulens : হকচাংদা লাকপা এলাবজিগুম্বদা থেংননবা মচাক অমনি।

Urea : মহীকনচিংবা থেংননবা হকী ঈশিংদা যাওবা মাগী যান্না মক ওইবা লল অমনি। হকচাংগী অশোকপা শকত্তা লৈবা প্রোটিনশিং তেজ-কাযদনা থম্বদা মসিগী মথৌ লৈ। মসিনা হকচাংদগী খোবকপা মাঙনিংঙাই ওইববা পোৎশকশিং অমসুং নোখং-খোৎকৎলকপসু থুগায়বা ওমই। মসিনা মহীক থেংনবা ওম্বগী পান্নল লৈবনা টি বি লাক্কবদা যান্না কান্নবা পী।

Ascorbic Acid : হকী ঈশিংদা এবসকোববিদ মবাং কাযনসু যাওবনা টি বি নাবদা নিংথিনা কান্নবা পী।

Prostaglandins : মসিনা চাবোক কন্তোল তৌবদা অমসুং ব্লদ প্রেসব হস্তহনবদা মতেং ওই।

Renin : ঈ পুবা শিংলিশিং তেজ-কাযদনা থম্বদুনা ব্লদ প্রেসবদা কান্নবা পী।

Urokinase : থম্মোইদগী ঈ হোন্দোকপা শিংলি (আটবি) শিংবু

শাওং কায়দনা, মকা লাম্বা থমদুনা কার্দিয়াক মসলশিংদা ঈ চেনশিনহনবা ওমহল্লি।

Interleukin : মসিগী মথৌনা ইন্ড্রিশিংদা নমশিন্দুনা থম্বা মচাকশিংদা শোকহনবা ওমই।

Antigen-Specific and Antigen independent substances : মসিনা হকচাং ইনখংলকপা, চাওখংলকপদা মতেং গী।

Factores : মসিনা নিংথিনা তুম্বদা (হীপ্পদা) মতেং ওইহল্লি।

Unknown Hormon : ব্রেইন (কোকী মাথা) গী শিংলিশিং অমসুং অতৈ তোংশাশিংবু চাং পুদুনা, থবক তৌহন্দুনা হকচাংগী অরুম্বগী চাং কায়দনা থমহল্লি।

মথকী বারোলশিং অসিগী মথক্তা নিউয়োর্কতা লৈবা ইউরোলোজিষ্ট দাক্তর জোন হমেন্স অসুয়া হায় মদুদি, মীওইবগী হককী ঈশিংদা যাওরিবা মচাকশিং অসি নিংথিনা খঙজিনগদবনি। পীরিবা কান্নরবা মচাকশিং অসি মীওইবগী চীঞ্জাক্তদি ফংবা ওমদে। পীরিবা মচাকশিং অসি অমদগী অমদা চাং মান্না যাওদবদি যাই। মহাক্সা অরোইদবা নিংশিংলিবদি, মীওইবগী হককী ঈশিং অসিনা মরম অমদা নংত্রগা অমদা, হকচাংগী মেতাবোলিজমদা হায়ওমদনা মরুওইবনি, অসিনি।

হকচাং নাদ-য়েক্তনবা হকচাং শাজেল

অনৌবা যুক অসিদদি মী অয়াম্বনা ফমদুনা থবক শুবগী (সেদেন্টরী লাইফ) চাং অসি য়ামখংলক্লে। অদুনা মপোপ কায়দবা

পুলি মবেল্লা নুঙাইবা পুলি মবেল ওইবক্লে। অসিগুস্তা পুলি মবেল অসিনা মবম ওইদুনা ঈ দা চিনিগী শব্বক যাওবগী চাং থম্বদা অরাবা অমা ওইবকই। মসিদগী হকচাং কান্দবদা নোইখংলকপা, পোমথা- হৈথানবা লাকই। মসিনা ৰাস্ত-পাদবগী লায়না কয়া হায়বদি (নুঙাই- যাইফবগী), ঈশিং পুকচংপা, তাংশিংদা পোম্ব-নাবা, হায় ব্লদ প্ৰেসবনচিংবা কয়া লাকহল্লি। হুমাং তাবা থবক শুদ্রবা নংত্রগা মী অমনা নোংমগী তঙাইফদনা লেঙ-ওংপা যাবদু তৌদ্রগা চাবনা মবেক মহাও যাওবা অহাও অথুম অমদি শা ঙা পঙচা চাশিন্দুনা লৈদা নিংথিনা মহাও পিবা ঙল্লবতা হোৎনবসিনসু হকচাং অসি উতুপ বাতুপ তৌনা পঙতা তাদুনা লৈবগী ফীভমদা লাকহল্লি। মসিনসু লায়নাশিং বার্তন তৌবা, পুলি তেপিনহন্নবগী মচাক ওইহল্লি। অদুনা হকচাং ফনা লৈনবা, বাখল পুক্ৰিং লৈতানা থল্লবা, ঐখোয়না হকচাং শাজেল তৌবা তাবনি। হকচাং ফবা হায়বসি ফিভমসু ফবা, ফন্তবা বাখল, লৈহন্দনা নুংঙাইনা লৈবা ঙম্বদুনি।

হকচাংগী ঈদা চিনি যাওবগী চাং (ব্লদ সুগব) চপ চানা থল্লবা অঙাংদগী অহল মণ্ডিবা হকচাং শাজেল তৌবা তাবনি। হকচাং শাজেলগী মখল অসি যামদ্রবদা অনি থোক্কা খাইদোকপা যাই।

অহানবগী হকচাং শাজেল অসিদি মহৌশাগী ওইবা শাজেলনি। মখোয়দুদি, যুমগী থবক ইনখাং নোম্বদা যাওজবা, অকুপ অতাগী থবকশিং, বাইশিং লমশেংবা, ইঙ্জোল কোযবনচিংবনা হকচাংসি মতম লৌদুনা লেঙ খোংপা অসিনি। অদুগা খোঙনা নুমিদাংবাইবম নংত্রগা অযুক্তা কিলোমিটব ৪ ৫ চংতুনা হকচাং থিং থিং লাউনা থম্বসিসু থ্বাইদগী লায়বা মখলগী মহৌশাগী ওইবা

শাজেলগী ওইবা শকক অমনি হায়না লৌবা যাই।

মথকী শাজেল মখলশিং অ'স নোংমগী কাযদনা চৎথদুনা মশা
খিংহনবা, পুঞ্জিং অমসুং রাখলবু তিংতেক যাংতেকহল্লিবা মীওইনা
অতোপ্লা অকনবা মখলগী হকচাং শাজেল তৌদ্রবসু কাযদ্রে, লৌনৈ।

অতোপ্লা অখল্লবা মখলগী হকচাং শাজেলদি, মশা মউ
ফগৎনবা নহাবোলশিংনা, মকওইনা চৎথবা, অকনবা, শাওং শাদা
ফজনবা, হকচাং কলচব তৌদ্র শাফংগ অথোই তাম্বদা যাওননবা
হোৎনবা অসিন। কম্পিতসন্দা যাওনবা নৎদ্রবসু, যিওম মুণ্ডি
ফজনবা, নাদ য়েজুনবা মখল অসিন। শাজেলদা ফাউশনবসু লৈগনি।
অদ্রবু মহৈশাগী ওইবা অবাইবা মখলগী শাজেল চৎথাববশিংনা
অকোনবগী শাজেল অসিদা যাওদ্রবসু হকচাং নাদ য়েজুনা পুন্সি
নুংশাংনা লৈনবা অহানবগী শাজেল মখল অ'স চৎথবা যাই।

হকচাং শাজেলশিংগী মবদ্রা য়েংগ অশন অ'সি অমনি। মখল
আসগী শাজেলগী ওইনাদ, মসিগী মনুদা আইওম খবা খন্দাক্কা
হকচাংগা চান্গদবা য়েংদুনা চৎথবা যাই। শাজেল চৎথবা মতমদা
থাম্মাই শোনবা খোংপা মীওই ওইবদ হকচাংগা মবদ্রা খঙ
হৈনবশিংগী পাউতাক লৌবগা, মহাক হাত্ৰা চৎথবা যাবা অবাইবা
মখলগী যোগ আশনতমক চৎথগনি। শাজেল তৌবা মতমদা যাম্মা
চেকাশনবা এবনি। যাম্মা হেঞ্জিমা হকচাং হেজা শাফংহন্দুনা শাজেল
তৌবোইদবনি। মিহল ১৪০ দগীনা ১৬০ ফাওবদগী হেজা
চোংহল্লোইদবনি। হকচাং লেঙনীং খোংনিংদবা, অনম অতা চবা
মতমদা, নঙ্গন্দা অমদি অতৈ হকচাংগী মফম অমদা অনাবা
ফাওবিঙৈদা হকচাং শাজেল তৌবোইদবনি।

অতোপ্পা ৰাফম অমনা অমাংবা যৈখৎভুনা যাম্মা নুংনাংলিঙৈ
মতম, পুক নাবি-শাবি তৌবিঙৈদা পুৰী শাজেল থিংগনি। থম্মোই
শোনবা, হায় ৰুদ প্ৰেসব লৈবা মীওইনা অকনবা থম্মোইদা অৰাবা
পীগদবা, নুংঙাইবোইদবা শাজেল চৎথবোইদবনি। অদুগীসু মথস্তা
থম্মোইগী লায়না লৈবা মীওইদি লাও-খোঙবা, শাওগৎ-খোকৎপা,
অৰাবা ৰাখল খনবা, মীহৌবা লোয়ননা যাম্মা নুংঙাইহনবসু
তৌবোইদবনি।

অনাৰা খৱগী মতাং

মীংকী লায়না

মীং নাৰ', য়েংবা নুংঙাইতবা মীংলী থুংবা, নাপু কাৰা, মীং
ঙাংবা অসিনচিংব হকী ঈশিং চংপদা ঙাইবিবা ফোং ফোং শাবদু,
নত্ৰবসু অইংবা ওইববসু, মীত্ৰা দ্ৰোপ খৰা খৰা হাপচিবনা নোংমদা
অনীবক-অহ্মলক তৌৰা, লোয়ননা হকী ঈশিংনা মীং থাদেকপা কানৈ ।
তুমলমদাইদা ফমুং চংলমদাই মতমদা লশিং নত্ৰগা অফবা ফী মচেং
অমদা হকী ঈশিং চোংহল্লগা মিনট ৫/১০ গী মথক্তা মীত্ৰা থোম্বদা
যাল্লা কান্নগনি । অসুন্না তৌদুনা চহি ৬০গী মথক্তা লৈববা মীং
ফংত্ৰবা মীওই কয়া য়েংবদা উবমদবা উবকপা, য়েংবা
নুংঙাইবমদবাশিং ফবকপা কয়া থেংনৈ ।

নাকোংগী লায়না

নাকোং চিকপা, লায়খুন তৌব', নাকোংদা তিল চংখলদা নাকোং
মনুংদা হকী ঈশিং লুম্ব লুম্ব শাবা দ্ৰোপ ৪/৫ অমুক নাথলদা অনীবক
হল্লা, থোমলগনা লুম্ব লুম্ব শাবনা হিগা যৈবা, লোয়ননা খৌনাওদা
হকী ঈশিং গব গব তৌদুনা তেংথোকপা নাকোংগী লায়না ফহনবা ঙুম্মী ।

নাভোন নুংঙাইতবা, নপ ভাবা, শাগংপা, মনুংদা নাৰা

লুম্ব লুম্ব শাবা, নত্ৰগা অনৌবা হকী ঈশিং দ্ৰোপ ১০/১৫ বোম
লোংনা হীপ্পগা থাদবা, নাভোনা চিংশিন্দুনা থকপদা লায়না ফহনবা
ঙুম্মী । অসুন্না চংথবকপা মতমদা নাভোন ফুল্লম্বা, নপ মতী তাবকপা,

চিকপা খোৎপা থুনা ফগনি । নাহি তাববসু ঈশিংদা চোৎহল্লগা
নাতোন মনুংদা ইনশিল্লগা নমশিনবদা থুনা ফগনি ।

যা ঈ থোকপা, চিকপা নোম্বা

অনৌবা ফোং ফোং শাবিবা হকী ঈশিংনা চিল তেংথোকপা
নোংমদা ২/৩ বক চৎথবা যা ঈ থোক্লবদি, নত্রগা চিক্লবদি
থোকলিবা, চোৎলিবা মফম অদুদা লশিংগুম্বদা হকী ঈশিং থোম্বদা
ঈ খকই, মসিগা লোয়ননা তোয়না চিল তেংথোকপা (হকী ঈশিংনা)
যা চিকপা, যাবিদা ঈ থোকপা, যা নোম্বা, যাবি-যাথোঙ চাথৎপা
চিল লৈ নুংঙাইতবা ফহল্লি ।

কোক চিকপা

কোক চিক্লিবা নাকন্দা ফী অমদা হকী ঈশিং চোৎহল্লগা থোম্বা, নুমিৎ
২/৩ হকী ঈশিং থাঙুনা চবা হেন্দোকপা, এনেমা তৌবগা অমাঙবা
লৌথোকপনা লায়না ফহনবা ঙ্মী ।

লুপৌ থাংবা

লুপৌ থাংবা এলোপেথিককী হীদাক কয়ানা ফহনবা ঙমদে । হকী
ঈশিং অবিব, নুমিৎ ৪দগী ৬ ফাওবা অদু গ্লাস তজ্জায় খবা হেনবমুক্লা
ইকজগদবা পুংখায় অমবোম বাংলিঙদা কোক্তা হৈজিল্লগা মিনিট
১০/২০ নোইবা (চেংহী লুবগুম্বা) অসুম তৌবকপদা কোক্তা
শাবোন নোইবদা ফগুবা কোকপগুম্বা কোঙ্গোলগা লোয়ননা ফগুবা
কোকহল্লি । থাদোকপা মতমদা চেংহী অফুৎপা নত্রগা চেংহী ময়ান্দা
যাওবা মনা মশিং ফুৎপা মহী নত্রগনা ঈশিংনা শেংনা থাদোক্লদবনি ।
কোক্তা হকী ঈশিং নোইবসি নুপী নত্রগা নুপা শম য়ান্না শাংবশিংদদি
তৌবোইদবনি ।

লাইকোয়, খুৎছিং মতু লৈবা উমদা চাফৎপা

নাবিবা মফম অদুদা অমোনবা ফী নত্রগা লশিংদা হকী ঈশিং চোৎহনল্লগা থোমদুনা নুমিৎ ৬/৭ নীগী মথক্তা ফী যেৎশিন্দুনা থল্লগা তোয়না তোয়না মথক্তা হকী ঈশিং খজিক খজিক থাদুনা চোৎহলবনা থুনা ফবা ওম্বী । লায়নাশিংসি মতম কুইবক্লবা ওইববাদি চবা হেনবসু যাওনা চৎথগদবনি ।

নুংশং ঈ তাবা

হকী ঈশিং থক্তুনা চবা হেনবা নত্রগা অযুক খুদিং অমদি নুমিদাং তুমলমদাইদা গ্লাস ১/১ থকপা লোয়ননা অমাঙথোংদা তুন্নদা হকী ঈশিংনা চোৎপা ফীথোস্কা, লোয়ননা যান্না পাকপা ফী মচেৎ অমদা আঁববা হকী ঈশিংনা চোৎহল্লগা অমাং থোঙদা ইনশিনথ্রবা (তুন্না মতমদা) নোডাল্লগা লৌথোকপা অসুন্না তৌবনা নুংশং ঈ তাবা, অমাঙথোঙ মপানদা চেখায়বা ফৈ । লোয়ননা আঁববা হকী ঈশিংনা খুদোম্বীদা লুপ্লগা অমাঙথোঙ মনুংদা তৈশিনল্লগা শেংদোকপা কান্নে ।

অহীং তুন্নদা ফহী চৎপা

হকী ঈশিং অযুক অমদি নুমিদাং তুমলমদাইদা থকপা চাং নাইনা চৎথহনবনা ফহনবা ওম্বী ।

অথিফমদা চাথৎপা, পাৎপা

নুপী অমদি নুপাগী অথিফমদা চাথৎপা, পাৎপা অমদি ঈ তাবা, নাই তাবা তৌববাদি চাফৎলিবা মফমদুদা হকী ঈশিং থোস্কা, থক্তুনা চবা হেনবনা ফহনবা ওম্বী ।

কিদিনদা নুঙ লৈবা

হকী ঈশিং থক্তুনা চবা হেনবা, চবা হেনবা ওমদ্রগনা হকী ঈশিং, ঈশিং অমদি শঙ্কোম থক্তুনা থা অমবোমদং লেনবগা লোয়ননা হকচাংদা হকী ঈশিং তৈবগা নোইবদা কমদৌবগে হায়বদু খঙবা ওম্মী ।

লিন্না চিকপা

লিন্না চিকপদা ফীতম ফত্তবা অনাবা মীশক অদুগী মচু ওল্লবা ঈ যাওবগা চংলবা ঈশিং অদু থকপদা মশা ফখিবগী খুদম লৈ ।

বোম্বেগী মনাজ্ঞা লৈবা শ্রীঈশ্বর ভাই কে মহেতা কৌবা মীওই অমা খল্লা চহি ২৫ শুববা নুপা মচা অমখক লিন্না চিকখিবদগী শিবদা নল্লা লৈবম্বদগী মহাকী ঈগা তিন্নবগা থোল্লবা হকী ঈশিং অদু পিথক্তুনা লায়েংবদা ফখিবগী ব্রাবী “মনাব মুত্র” দা পীবি ।

হকচাংগী শক্কতা শিথবা পঙথবা

হকচাংগী শকক পঙথবা নত্রগা শিথদুনা লৈববদি হকী ঈশিংগা থক্তুনা চবা হেন্দোকপা লোয়ননা হকচাংদা হকী ঈশিং তৈদুনা নোইদুনা লায়েংগনি । মশা শোনবা থম্মোইগী লায়না লৈববা মীওইগীদি চবা হেনবগী মন্ত্তা তুম্বদা লায়বা চাঞ্জাক নোংমদা অমুক তমক চাবগা অতৈ মতমদা হকী ঈশিং থক্তুনা লেনগনি ।

মায়দা উরিং থুংবা

মায়দা উবিং থুংবা হকী ঈশিং থক্তুনা চবা হেল্লগা এনেমা তৌদুনা অমাংবা লৌথোকপা মায়দা হকী ঈশিং তৈদুনা নোইবনা অসুক ফবকই হায়বা খঙবা ওম্মী । হকচাংগী মনুংদা লৈবিবা ফত্তবশিং অদু হকী ঈশিং থক্তুনা মাঙহনম্ববা হকচাংগী ঈ শেংল্লবাবা

মতমদা উরিং লৈরোই ।

মায় মচু ওনবা, শংলৈনবা কাবা মসিসু হকী ঈশিং অনৌবনা
মায়দা নোইবা লোয়ননা থকপা চৎথরকপদা ফহনগনি । মসিদা
নঙনা মায়দা হান্নু কাবা, মুনা খান্না, হযীং মথি লৈবা মসিসু পীরিবা
লায়েং অসিনা ফহনবা ওম্মী ।

শক শোনবা

শক শোনবদগী শাংনা চৎপদা অরাবা লৈ । খবদং চৎলুবদা
চোকথবা, অসিনচিংবা লৈববদি হকী ঈশিং থক্তুনা চরা হেনবা
হকচাংদা তৈবা নোইবা, অফবা চীঞ্জাক চাবনা কান্নবা পীগনি । শক
শোনবা মীওইশিংদাদ হকচাংগী শকক, মক ওইনা থোঙ খুবোম,
খুউ, ফৈগন পাম্বোম থবাক খাংনচিংবদা হকী ঈশিং তৈদুনা নোইবা,
অমুক নোইবদা পুং ১ বোমদগী তাদবা, অসুম্মা চৎথবদা যাম্মা থুনা
কদাই ফাওবা কানবা ফংবগে হাযবদু খঙগনি ।

শক পোপ্লা, শিংলি থুপ্লা

লৈখায়খিবা, শিংলি থুপালিবা মফম অদুদা হকী ঈশিং তোয়না
চোৎহনদুনা নুমিং ৪/৫ নি ফাওবা থোম্বা, বেদ্দেজ লৌথোকপ্তবা
মতুংদনা মফম অদুদা হকী ঈশিং তৈদুনা নোইবা কাট্টে । কনাগুম্বা
শান্নরোয়শিংনা হোকিনচিংবা শান্নরুবদগী হকচাংগী শকক অমদা
বোলনা থাখিদ্দনা নত্রগা অতোপ্লা অমনা কাউখিবদগী পোপ্লা,
পোপ্লা-তঙবা লৈববদি মফম অদুদা হকী ঈশিংদনা তোয়না নোইবগা
লোয়ননা নুমিৎ তুম্বদা হকী ঈশিংনা চোৎলবা ফী অমনা থোমলগা
মথক্তা য়েংশিন্দুনা থম্বা ওমলবদি নোঙাল্লকপদা অসুকী মাতক ফবম্মী

হায়বা খঙগনি ।

থাঙ-তেন্না শোকখিবা, উল্লা হোগায়বা

হকচাংগী শকক অমদা থাঙনা-তেন্না শোকখিবা, উল্লা কবিগুন্না
পোৎশক অমদা খোৎতৎখিবা লৈববদি অশোকপা শকক অদুদা হকী
ঈশিং তোয়না তোয়না চোৎহনবদা ঈ থুনা খকই, থুনা তাইশিনহল্লি ।

পোন্না

হকচাংগী মফম অমদা পোন্না (যাইবোং ওইববসু) যাববদি
হকী ঈশিং অবিবা চযোল অমা যৌনা লীববা অমসুং মদুদগী হেন্না
কুইববা, থা ৩/৪ শুববা (ওইবগনা হেন্না ফৈ) অদুগা ফুঙ্গা লাইক
মনাকী লৈবাক (মহীক মতাঙ যাওদবা লৈবাক) লৌবগা উফুল
তাহল্লবদুগা তোৎলগা, লৈখোম শানা নৈবগা অপোন্না মচিন্দু খিত্তং
খাল্লগা অকোইবদা কংল-তৈবা, কংল তৈবা থোল্লবদি নোংমা/
নীনিগী মনুংদা মেৎথোকপা যাগনি । মেৎথোকপা মতমদা মবোক
অঙৌবদুসু মতোমতা চোৎথোবক্কনি । মহী মনাই ফত্তবা পুল্লমক
লোয়না খোবক্কনি । অপোন্না থুনা ফখিগনি ।

থবাক নাবা

থবক কল্লা শুবা খোৎপা নত্রগা থেঙজিল্লবদগী থবাকী
শকগুন্না নাবা লাক্কবদি, লশিং নত্রগা ফী অপাবা অমদা হকী ঈশিং
চোৎহল্লগা (অবীবা) অদু লুপ্লগা নপুনা থোন্না কাল্লগনি । ওমলবদি
থবাকু চেপ্লগা মপাদুদা মৈফুগুন্না যাইদুনা শাহল্লগা থোমলিবদু
কংহল্লবা অদুদগী অমুক চোৎহন্দুনা কংনবা মখা তানা তৌববদি,
অসুক কান্নৈ হায়বা খঙগনি ।

গাউট

গাউট নাদুনা তাঙ তাঙদা পোমখং-খোংতুনা নাববদি,
অপোস্তা মফমদুদা হকী ঈশিং অবিবা (চযোল অমদগী থা খবা
ফাববা) অদু ফী মচেং অমদা চোংহল্লগা অহুম মবী থোক্কা থুপুনা
লোম্ববগা চোংহন্দুনা থোল্লগা মথক্তা মৈনা যাইদুনা শাহল্লবদি ফনা
নিংথিনা ফগনি, লোয়ননা হকী ঈশিং থকপসু তৌগদবনি, ওমলবদি
চবা হেনবা ফাওবা যাই ।

লোক খুবা

অনৌবা হকী ঈশিং ফোঙ ফোঙ শাবনা চিন্দা উমশিল্লবা মতুংদা লোক
থুংবা খৌনাওদা গব গব লাওনা তেংথোক্কনি । মতুংদা অমুক গব
গব তৌবগা থকচিনগনি । নাতোন্দা হকী ঈশিং থাদবগা চিংশিনগনি ।

ব্লদ প্রেসব

ব্লদ প্রেসবনা নাববদি নোংমদা অনীবক নত্রগা অশুমলক্তগী তাদনা
হকী ঈশিং থক্কনি । থকপগা লোয়ননা থবাক, ওকশম অমদি
হকচাংগী অতৈ মফমশিংদা তৈবগা নোইগনি । নুমিদাং তুসুদা
থবাকনাচিংবদা তৈবগা তুমখিবসু কান্নৈ ।

লায়না অসি নাবদগী কোক অমদি ওকশমনচিংবা শবকশিংদা
লুসু খোংপা লৈববদি লুমলিবা মফমশিংদসু তৈবগনি । কোক্তা
তৈবগদি শমদু পুংখায়মুকী মতুংদা লুসু লুসু শাবা ঈশিংনা থাদোক্কগা
ঈশিং অইংবনা নোইশিনগনি নত্রগা চেংহীনা থাদোক্কনি ।

খৌনাও নাবা

খৌনাও নাববদি অহানবদা ঈশিং লুসু লুসু শাবদা থুম খবা থাদবগা

গব গব তেংথোক্কাবা মতুংদা হক্কা ঈশিং অনৌবনা অমুক গব গব
তৌদুনা তেংথোক্কানি । লোয়ননা নাতোনদা দ্রোপব অমনা হক্কা
ঈশিং লৌবগা দ্রোপ ১০/২০ থাগদবনি । লোয়ননা থকুবসু
তৌগনি ।

নুমিদাং তুম্বদা খৌবিদা হক্কা ঈশিং থোম্বা নাবা ফৎত্রিবা
ফাওবা তৌগনি । ঈশিং অসি থোম্বগী মওংদি লশিং নত্রগা ফী মচেং
অমদা অবিবা নত্রগা অনৌবা হক্কা ঈশিং চোৎহল্লগা কাবক কাবক
শুমদোক্কাগা যেৎশিনগনি । যেৎলিবা অদুগী মথক্তা শামতুগী ফী নত্রগা
লশিং, খুদৈ মচা অমনা যেৎশিনগনি । ওমলবদি থম্মেইগী লায়না
লৈত্রবদি চবা হেনবা যাই ।

ফিবাক নাবা

ফিবাক চাওথোক্কাবা নত্রগা মখল অমগী ওইনা নাববদি নোংমদা ৩/
৪ বক হক্কা ঈশিং থকপা, থবাক পুক অমদি নঙ্গলনা চিংবদা
নোংমদা অনৌবক্তগী তাদনা হক্কা ঈশিং তৈবগা মিনিত ১০ বোম
নোযবা লোয়ননা মোংভা হক্কা ঈশিং হাপ্পা অমাদ থোম্বা খবা তোযনা
তৌগনি । ওমলবদি ফিবাক মপাদা লশিংদা পাক্কা হক্কা ঈশিং চোৎহল্লদুনা
নপ্পগা মথক্তা মৈ যাইবা নোংমদা অমুক অনৌবক তৌবা যাই ।

চিকপা খোৎপা

হকচাংগী কাবগুম্বা মফম অমদা চিক খোতুনা নাববদি মফম অদুদা
হক্কা ঈশিং তৈবগা নোযবা লশিংদা লুপ্পগা কাবক কাবক শুমদোক্কাগা
নত্রগা শুদোক্কা নপ্পগা মথক্তা ফী অমা যেৎল্লগা মথক্তা মৈ যাইবা
খবা তোযনা তৌগনি ।

ঈশিং পুকচৎপা

(প্ৰেনক্ৰিয়াজ, চখাওগী মখাদা লৈবা ইমুলিন পুথোকপা ইন্দ্ৰি অমা)

অদুনা লেঙম শাঙমলজুদুনা মথৌ ভৌবা ঙমলজুবদা ইমুলিন পুথোকপা লেপন্তুবা মতমদুদা হকচাং মনুংদা লৈবা চিনিগী শব্বক অদু তোংশাশিংগীদমক ইনাৰ্জি ওহ্লোকপা ঙমদ্রে । মসিগী মক ওইবা খুদমদি, হকচাং শোন্তুবা, হকচাংগী অবস্থা হন্তুবা, যাং কংশিল্লকপা, কাহেন্না অবাম খৌবাংনা পোকপা অমদি ঈশিং চৎপা হেনগৎলকপা অসিনি ।

ঈশিং পুকচৎপনা নাববদা লায়েংবা তাবগদি ইনসলিন কাপশিনবা অসিনি । অদুবু মেদিকেল সাইন্সনা ভঁসি ফাওবদা লায়না অসি ফহন্তুবা হীদাক পুথোকপা ঙমদি । লায়না অসিবু হকী ঈশিংগী পাইন্সনা লায়েবা তাববাদ, অহানবদা চিনি অমদি অধুন্তা পোৎ অমত্তা চাদবা তায । নাংমদা হকী ঈশিং ৩/৪ বক তগী তাদনা থকপা, ঙমলবাদ ঈশি চৎপা খুদিংগী থকাচনবা অমদি নোংমদা অমুক অনীবক তৈবগা নোহনা অসুক কানে হাযবা খঙগনি ।

লোয়ননা হোসাপতাল অমদি ক্লিনিক অমদা চৎলগা ঈশিংদা চিনিংগী চাং কয়াম যাওহ হাযবদু তহুংকুৱা হাযবা য়েথোকগা মখা তানা থকপা অমদি ভৌবা চৎথগদবাৰনি ।

অঙাংদা হকী ঈশিং পীথকপা

পাকুৱা অঙাংদগীনা মৌবাল তাবকল অঙাংশদা নুংতিগী ওউনা অয়ক খুদিংগা মশাদগী ঈশিং পীথকপনা মশা নাদা য়েঙোনা, মশা খিঙনা লৈহাল্ল । অঙাংশিংদি মতম নাইনা চাবা থকপগী নৈদা মশাদা

খঙজদনা চেন চোংদুনা শান্নবা, অইং-অশা খঙজদনা কা হোন্ন
 চাশিন থকচিনবা কয়ামুজ্জগী মশা নুংঙাইবজ্জবদগী হৌবদুনা মশা
 শাগৎপা লোক থুংবা, লোক খুবা, লোক শিংপা, ফুবি থুংবা,
 লাইকুপ থোকপা, মথোঙ মহী, ওইনা হান্ননচিংবা মখলগী অনাবা
 কয়া লাকহল্লি । মসি পুম্মকসি নুংতিগী ওইনা হক্কী ঈশিং পিথকপা
 তস্বীববদি চংহনবা ওমদে ।

অঙাং মশা শাগৎপা

অঙাং মশা শাগৎপুনা নাববদি লাইবক, থবাক অমদি নঙ্গলনচিংবদা
 হক্কী ঈশিংনা চোংলবা লশিং নত্রগা ফীজেৎনা তোয়না নানবীগনি ।
 যাববদি ওকশমদগীনা, পুক, নঙ্গল, স্বাং অমদি চনিংনচিংবদা হক্কী
 ঈশিং খুজোক খুজোক লৌবগা তৈবগা নোইগনি ।

অঙাং মশাগী ঈশিংদু লিক্লা ফংলবসু মমা-মপা নত্রগা ইমুংগী
 মী অমদগী লৌবগা তৈবা নানবীবা যাই । লোয়ননা হক্কী ঈশিং
 যাউম ২/৩ লক মবক মবজ্জা পীথক্কনি ।

চীঞ্জাক

চা, চিনি, কোফি অমদি মৈধু থকপগী অমাঙবা

অফবা চীঞ্জাক চাবনা মীওইবনা মশা ফনা লৈবা ঙ্মী । অমবোমদা অফবা চীঞ্জাক হায়দুনা কা হেন্না পংচাদা চাশিনবা পংথক থকচিনবা তৌববদি অনাবা বার্তন তৌবা ওইনা থোৰ্কাইন । অফবা চীঞ্জাক চাং কক্কা চাবগা লোয়ননা মশাগী শাজেন তৌবা নিত নিয়ম ঙ্কা চাংপা, নিংথিনা পোংথাবা মশক খঙবা মীনা পুন্সি নুংশাংনা লৈবা ঙ্মী । মথকী ব্রাফম অস হকচাংগী মবমদা খঙ হৈববা মীওইশিংনসু যাল্লববনি । চহী মতম কুইনা পুন্সিববা, মশাদা লায়না চেন্দনা মশা ফনা লৈববা হীওইশিংদি পুন্সি মহিং অদু থিজিনবদসু লায়না খঙবা ওমই, অদুদি মথোয় অযান্না চাং নাইনা শাজেন তৌবা, অফবা মখলগী চীঞ্জাক চাবা, মতম নাইনা থবক শুবা, পোংথাবা, অমদি চানিংদবা মতমদা থক চাশিনদবা চাবা হেন্দোকপবু লায়না খন্দোকপা কযাদগী মশা চেকশিনা লৈবনা পুন্সি নুংশাংনা হীংবা ঙ্মী ।

হৌজিকী মতমদা মণিপুৰিশিংগী চীঞ্জাক অসি য়েংলুবগদি অসুকী মতক মণ্ডন হন্তববা চীঞ্জাক ঙ্গা চাববনি, মসিগী মথঙা মণিপুৰিশিংগীদি চাবা থকপদা চেকশিন্দে, মতম নাইদে । মীওইবনা মহৌশাগী ওইবা ঈশ্ববনা মশাগী নিয়ম অমগী মখাদা হিংজনবা পীবল্লবা মতমদা চাবা পামদ্রগা তোকপা হায়বদো মণিপুৰিশিংগীদি পুমশোয় শোয়ববনি হায়না লৌবা যাই ।

চীঞ্জাক চাবা থকপা মতমগী মতাং লাকপদা মণিপুৰিংশিনা
 অসুৰী মতক চেকশিনখিদ্ৰে । মদুদি পুক খনবা খনদবগী ব্ৰা লৈতে ।
 মী অমা হেক থেংবিবমথৈ, নুপা অদুনা অচাপোং ক্ৰা, বোবা, চা,
 কোফি, শঞ্জোম, হৈ মহী, কাংহৌ খেট্টিনচিংবা হেক ফংলিবা
 অচাপোং মথৈ খাকপা লৈতনা চাশিল্লি । অযুক যাহৌবকপদগী যুমদা
 চা থকপা, হোতেল অনকপা অমদা চা-বোবা কাংহৌ চাশিনবা চংনবী
 অমা ওইবে । মসিনা হকচাংদা পীবকলিবা ফলদি চাবা তুমদবা,
 অমাংবা যৈখৎপা, শাগৎপা, কোক চিকপা, লায়না অযান্না লাকুবগী
 বার্তন তৌবা ওইনা থোক্ৰে । মতম পুম্মমজ্ঞা চাকখাও অসি সিনেমা
 হোল মমাংদা, কৈথেলগী মচিদা অমদি ওফিসনচিংবগী চিদাইদা
 থম্নাবিবা হেক লাক্লিবা ফন্তহাওদি অমোং অকাই থাথফম ওইবিবা
 দসবিন অমগুম্মা থম্মীবে । মতাং অসিদা চখাওদা ওইগদৌবিবসি কবি
 ওইগানি ।

মবম অদুনা ঐথোয়না চাবা থকপগী হীবমদা অকক্লবা পুমশিং
 য়েংদুনা চাখিবা চবাশিংগী মবজ্ঞা কান্নগদবদু ওইদুনা লৈবগী চপ চাবা
 অকনবা নীযম থিৎদ্রগসু ইবায লায়না পুং ৫ বোমগী মতম
 কান্নহনগানি । লোয়ননা লামদ্রিবমথৈ চাশিল্লোয়দবনি । মবমদি যান্না
 তোয়না চাশিনবনা চাকখাও খনগৎতুনা লৈগনি । ফিভম অসিদা
 চকখাওগী মথৌ নিংথিনা তৌবা ঙমদ্রে । কবিগুম্মা পোং অমা
 চাশিনবা মতমদা যান্না মমুত তানা শায়দুনা যোৎশিনগনি । যামদ্রবদা
 ৩০ দগী ৪০ বক ফাওবা শায়গদবনি । অসুম তৌববদি যোৎশিনখিবা
 মতমদা থুনা তুম্মী । চিন্দগী থোক্লবা চাবা থকপা তুম্মবা মহী অদুগা
 শায়ত্রিবা পোং অদুগা তিন্দুনা চংখিবনা তুম্মদা অঙকপা মতেং পাংই ।

কবিগুপ্তা মহী থকপা মতমদসু অমুক্তদা গব লাউনা লোয়নবা
থকচিল্লোয়দবনি, খজিক খজিক যাউম অমগী চাংদা চিন মংদা
শায়বোই ওংপোয় তৌদুনা লৈহল্লগা যোংশিল্লবদি চাবা তুম্বা মত্তী
অদুগা তিন্নখিদুনা চংমিন্নখিগনি ।

মীওইবনা চানবিবা চীজাক মখল অসি ১ নি গায়না
লৌনবদি অহানবদা মনা মশিং চাব, অদুগা অতোপ্লা অমনা শা ঙা
চাবা অসিনি । মনা মশিং চাবা মীওইশিং অসি, মনা মশিং চাবা শা-
ষণ শীংনা হিংলিবা মওং অদুগা পাঙখন্নি, অদুগা শা ঙা চাবাশংনা
শাহীং ঙাঈং চাবা শা ঙাঙম্বগী মওংনি । অদুগা অতোপ্লা বাফম
অমনা শা ঙা চাবা অমদি মনা মশিং চাবা মীওইবনা অমনা অমদগী
কনবা হেল্লি হায়না মুক্কদুনা অদুম লৈ । মক ওইনা শা-ঙা চাবাশংনা
মনা-মশিং চাবাশিংদগী হেল্লা নোয পেনবা হেল্লি, কনবা অমদি
খাঙবা কনবা হেল্লি হায়বগী মতাংদা শ্রীমোবজি দেশায়না মাগী
“নেচব কিযোব” দা অসুম্মা পীবি, চঠী খবগী মমাংদা জবমনদা
শাম্বোয থবদা চাংয়েং অমা পাংথোকখি । শাম্বোয কাংলুপ অনী
থোক্কা খায়দোক্কাগা অমদনা মনা মশিং পীজবা অমবোমদা শা ঙা
পীজদুনা ত্রেনিং পীদুনা থমখি । অনীসি চাংয়েং পাংথোকপা মতমদা
মনা-মশিং পীজদুনা থমলিবা কাংবুনা খাঙবা কনবা অমদি কনবা
হেল্লি হায়বা খঙখি । অদুনা ইথোহনা শা-ষণশিংগী পুঙ্গিদা য়েংবদা
খঙবা ঙুম্বদি শা চাবা শানা, মনামশিং চাবা শাশিংদগী মপাঙ্গল হেল্লা
লৈতে । অতোপ্লা শাশিংনা শংগোল, যণ, উং, অমদি
ইবোইনচিংবদগী হেল্লা কনবা থবক শুবা ঙমদে । শজীক চাবা শজানা
শাপুম্মজুগী লমজেন যাঙই ।

অদুনা ঐখোয়না খঙবা য়াবদি চীঞ্জাক মখল অনীসিগী মনুংদা হকচাংনা য়াজবা মতুং ইন্না মনা-মশিং নত্রগা শা-ঙা চাগনি । অমনা অমদগী হেল্লি হায়দুনা লাম লমদুনা চাবা হৌনদে । মনা-মশিং চাবা মীওইশিংদসু নিংথিনা ময়ান চাবা ঙমলবদি শা-চাবনা ফংলিবা মচি অদু ফংগনি । হরাই-চেংরাই, তোইদবা চেং মনামশিংদা শা-মদা ফংলিবা মচাকশিং অদু ফংলবনি ।

মহৌশা লাইরেম্বীনা (নেচরনা) মীওইবগীদমক শেম্বীরম্বা, মরু-মরাংশিং, উইহে-রাইহে অমসুং মনা-মশিং কয়া অমদা ঐখোয়নহে হিংবা চংগদবা মচাকশিং য়াওরি লোয়ননা মী মীগী মতুং ইন্না দরকার লৈবদু মখাদা উংলি ।

	মীওইশিং	প্রোটিন গ্রাম	ফেট গ্রাম	কেলোরিশিং
নুপা	(ময়াই লইবপ থবক শুবা)	৬০	১৫	২৭০০
নুপা	(ফল্লগা থবক শুবা)	৫০	১৫	২৩৫০
নুপী	(ময়াই ইবপ থবক শুবা)	৫০	১৫	২১০০
নুপী	(ফল্লগা থবক শুবা)	৫০	১৫	১৮০০
নুপামচা	(চহী ১৩-১৫)	৭১	১৫	২৪০০
নুপীমচা	(চহী ১০-১৫)	৬৭	১৫	২০৫০

মথক্তা পীৰিবা দরকার লৈবশিং অসি মখাদা উংলিবা মনা-মশিং
অমদি মরু-মরাংশিং অসিদগী মরাং কাইনা ফংবা ঙ্ম্মী ।

মচাকশিং	চাং (গ্রাম)	প্রোটিন	ফেট	কেলোরি
চেং-রামনচিংবা	৪০০	৪৮.৪	৬.৮	১৩৮৪
হরাই মরুশিং	৬০	১৪.৬	৭.৩	২০৯
অশং বা মনা-মশিং	১০০	২.০	০.৭	২৬
অতৈ মনা-মশিং	৭৫	২.০	০.৩	২২
মরা অমসুং মউ	৭৫	১.২	-	৭২
উইহ	৫০	৮.০	-	২৪
শকোম	২৫০	৮.০	১০.২	১৬৮
ফেটশিং	২৫	-	২৫.০	২২.৫
চিনি	৫০	-	-	১২০
পুমা		৭৬.৫	৫০.৩	২২৫০

চিনি

কনাগুস্বনা চিনি অঙৌবা অসি যান্না পান্না চায়, অথুস্বা চা, কোফি, থকপা, অথুস্বা মিথাই উস্বা লোয়ননা চাক্তা ফাওবা চিনি তোৎলগা চাবা যাওই । মসি অফবা নত্তে, চিনি অঙৌবসি এসিড পোকুবা

পোংশক অমনি । মসি চাশিনস্রবা মতমদা চাকখাওদা অমদি হকচাংগী
 অতৈ ইন্দ্রিশিংগী মনুংদা লৈজবা কেলসিয়ম চিংথোক্তুনা তুমনবা
 হোংনৈ । মসিনা মশা মতোমতা তুপ্তা ঙমদবনা অমদি রাবনা
 হকচাংদগী কেলসিয়ম চিংথোকখিবগী ফলনা হকচাংদা কেলসিয়ম
 রাংপদগী শরু শোনবা, শকগী লায়না অমদি য়াগী লায়না পোকহল্লি ।
 আমেবিকাদা মী অমনা চহীদা চিনি পাউন্ড ১০৩ গী চাংদা চায় । চিনি
 য়াল্লা শিজিল্লবনা মথোয় অয়াস্বা য়াগী লায়না পকই । য়া থুনা তেকই ।
 অদুনা ঐখোয়না চিনি শিজিল্লগে হায়রবসু চিনি অঙাংবা খবা খবা
 শিজিল্লবা য়াই । মহৌশানা ঐখোয়না চারিবা চেং-হরাই, উতৈ,
 শঙ্কোম, খোইহীনচিংবদা চিনিগী শকক য়াওরবনা প্রোসেস তৌদুনা
 পুথোক্লবা চিনি অঙৌবদি যাবিবমঐ শিজিল্লবোইদবনি ।

চিনি য়াল্লা তোয়না শিজিল্লবগা ঈশিং পুকচংপা, মতম চাদনা
 থস্মোইগী লায়না পকই । নোংপোক অফ্রিকাদা লৈবা মশাই অমসুং
 শমব্রু হায়বা কাংলুপ অদু চিনি য়াল্লা তানা শিজিল্লবনা মথোয়গী মরক্তা
 থস্মোইগী লায়না নাবা পংনা লৈতে । অমবোমদা সেন্ট হেলেনা
 ইথক্তা লৈবা মীওইশিং চিনি য়াল্লা শিজিল্লৈ । অদুনা মথোয়দা
 থস্মোইগী লায়না নাবা মশিং য়াস্মী ।

চিনি তোয়না শিজিল্লবসি চুকত বেরি তোয়না থকপা অমদি য়ু
 থকপগুয়া হৈনবী অমা লৈহল্লি, হকচাংগী দবকাব ওইবিবা অদুগী
 চাংদগী হেল্লা চিনি শিজিল্লবদি ঈদা চিনি যাওবগী চাং হেনগংহল্লি ।
 মসি থেংল্লবা ইনসুলিন খবস তৌথোকখিদুনা ব্লদ সুগবগী চাং ময়েং
 তাহল্লি । অদুদগীদি মীওই অমগী লৈবা হৌনবা ব্লদ সুগব অদু
 ময়েং য়াল্লা তাথখিদুনা মীওই অদু হৈনিংবা পোক্তবা, খোইবাং

খোয়শাওনবা অমদি চবাম চদৎনবা হেনগৎলক্লে । মতুং তাবপদনা চিনিগী শব্বক হেন্না হেন্না চাদুনসু ব্ৰাংলিবা শব্বক অদুদি মেনখৎপা ওমদ্রে । মসিগী মইদি হকচাংগী ঈন্দ্রি মনুংদা লৈবিবা কাববোন, হাইদ্রোজেন অমদি ওক্সিজেন ফাওবা নিংথিনা পান্নবা ওমনবা ইনসুলিন মতিক চানা পুথোকপা ওমদবদগী মমৈদা মীওই অদু ঈশিং পুকচং (দাইবেতিস) না নাববা মীওই অমা ওইবকই ।

মসিদগী ঐখোয়না খঙলে মদুদি চিনি হকচাংদা হায়ওমদনা মাঙনবগী মচাক অমা ওইববনি, মী অযান্ননা চিনি মবাং কাইনা থল্লবা, চা থল্লিঙে চৈবক অদুদা চিনিগী শব্বক ৫% যাওববা থুল্লবা, জিলিবি অমদি কেকনচিংবা অমুক চাশন্দুনা মফম খঙদনা হকচাং মাঙহন্নবা শিল্লি । অদুনা অসিগুস্তা চীঞ্জাক অসি ককথৎপা ওমদবদি পুন্সি হাপকৎলকপনি হায়না লৌবা যাববনি । চিনি থাদোকপগুস্তা থাওদা তাওববা অচাপোং, মক মবাংনা হাববা অথোংবা চীঞ্জাক ওমলিবমথৈ থাদোকপা তাবনি ।

মৈখু থকপা

অযান্না ইবৈবাক মচাশিংনা মৈখু শিজিনৈ । হক্কী ঈশিংনা লায়েংলিঙে নত্রগা মসি নুমিৎ খুদিংগী ওইনা শিজিন্নদুনা পুন্সি আস নাদা যেক্তননা লৈগে হায়বল্লবা মতম অদুদদি চিনি থাদোকপগুস্তা চুকট-বেবি, গঞ্জা কানিনচিংবা শিজিন্নদুনা মৈখু থকপা তোক্তবনি । অদু নত্রবদি অমবোমদা হকচাং নাদা যেক্তনবা, অনাবদগী কন্ননবা হোৎনবগা নাকল অমবোমদা মৈখু শিজিন্নবগা অনাবা অমবু বার্ডন তৌবা থোক্তনি ।

মৈখু থকপগী মতাংদা আমেবিকাগী সার্জন জনেবেল ডাক্তব

লুথরন ১৯৬৪ দা শীখিবা পাব্লিক রিপোর্ট অমদা অসুয়া হায়রি, মদুদি
মৈখু শিজিলবা মীওইশিংদা থবোদ্বিগী কেঙ্গর, থম্মোইগী লায়না
অমদি শ্বর হোনবা নুংঙাইতবগী লায়না লোয়নগল্লি ।

জসিয়া পলফিলদ কৌবা ইংলেভগী ডাক্তর অমনা পুথোকপ্তে,
মদুদি মীওইবগী থম্মোই অসিনা (চোংবা) মীহুন হনবগী মশিং অসি
২,৫০,০০০,০০০ গী মতম ফাওবা লৈ । ব্রাফম অসিগী মতাংদা
ডাক্তর অলভান্না অমুক নোল্লদুনা হায়বদি, মসিনা মীওইবনা চহি
১০০ ফাওবা লৈবগী শক্তি লৈজৈ, কবিগুশ্বদা তোঙানবা খুংশেমগী
খুংলায়শিং শিজিল্লদুনা নত্রগা ফত্তবা চীঞ্জাক চারুবদগী থম্মোইগী মীহুন
অসি মিলিয়ন অনীমখায়রোম যৌবা যাওই ।

মতাং অসিদা অমুকসু নিংশিংবা যাবদি, কুমজা ১৯০৯ দা
অলটন ওসনরনা হায়খিবা অদুনি, ডাক্তর অসিনা চুৰুটকী মরমদা অসুয়া
হায়খি মদুদি কনাগুস্বা মীওই অমনা চুৰুট মটৈ অমা থকপা মতমদা
থম্মোইগী মীহুন মশিং হেনগৎলক্তুনা ২০ ফাওবা যৌরকই । মসি
মহাক্কা চুৰুট থকপা লোয়শিনশ্ববা মতুং নুমিং খরা ফাওবদা অদুম
হুন্দুনা লৈ । অদুনা ডাক্তর অসিনা হায়রি মদুদি অসুয়া থম্মোইগী
মীহুন হেনগৎলকপনা ব্লদ প্রেসর হেনগৎলকই । কনাগুস্বা থম্মোইগী
লায়না লৈবা মীদি মৈখু থকপসি খুদোং থিনিংঙাই ওই ।

ডাক্তরবিশিংগী মত মতুং ইন্না চুৰুট, বিরি, মৈখু থকপনা
থম্মোইগী কেঙ্গর পেকহল্লি হায়বসি চেনফদ্রবা ব্রাফম অমা ওইনা
লৈববদা মৈখুবু হৈনবী অমা ওইনা শিজিল্লবসি চুমদ্রবনি ।

মৈখু শিজিল্লবদগী কেঙ্গর লাকপগী মতাং অদু পল্লদুনা ডাক্তর

ওসনবনা অসুখা পীবি :

“ডাক্তবনা এক্সবে লৌদুনা যেংবদা কনাগুস্তা অমগী থম্বোস্তীদা
কেসব তৌবে হাযবা উবা গুদদবা যাই । অদুবু লায়না অসিদি
লোস্তুনা লৈবা অমসু ওইবনা মপানথোংদা লাক্লিবা মওং খবদগীসু
মসি লৈবে হাযনা খঙবা গুদগনি । মসি খঙলকপা মতমদা কেসবগী
থাক অদু থা ৮ দগী চহি ১ ফাওবগী মনুংদা লৈ । অদুনা মৈখু
থকপা মীশক অমনা হান্না যেংহৌববদি মাগী পুন্সিদু খবা মথৈদি কনবা
গুম্বী । অদুবু কবিগুস্তা থবাক্তা, থম্বোস্তীদা অনাবা ফাওবগী তাগ্গাদু
লাক্লবদি মদু মতম হেল্লবনি ।”

ডাক্তব অলটন ওলসলবনা মাগী “ম্বোকিং এন্ড হেলথ”
হাযবা লাইবিক অদুদা চুকত বিবিদা যাওবিবা নিকোতিন, হীদাক
মনাদা যাওবা হ মখল অসিগী মতাংদা মচা খায়না নৈনবি ।
“নিকোতিন হাযবা মচু লৈতবা আলকালি অসি নুংশিত্তা লাকপা
মতমদা বাওথাংনবকই । কনাগুস্তা মীওই অমনা নিকোতিন মিলিগ্রাম
অমা চিংশিনস্ত্রবদি মহাক হিংলবোই অদুনা কনাগুস্তনা নোংমদা চুকট
পেকেত অমা থকখিবা মতমদা মহাক নিকোতিন অসৰ্জী মাতিক
হকচাংদা চংস্ত্রে হাযবা খঙগনি । চুকটতা যাওবিবা নিকোতিন অসি
পুল্লপ ওইনা হকচাংদা চংখিবা নত্তে । অহানবদা চুকটকী মৈনা
নিকোতিন ৩০% চাকথোকখি । অতোপ্লা ৩০% অমনা চুকটকী চে
অদুদা ফাওদোক্তুনা চংস্ত্রে । অতোপ্লা ২২% গী চাংনা হকচাংদা
চংখিবা অদুগা লেমহৌবিবা অদুনা চুকট মনিংদা লৈহৌই ।

মী অমনা চুকটকী মৈখু অদু চিন্দা সেকেন্দ অনী ফাওবা থম্বদা

মহাকী মশাদা নিকোটিন ৬৫%, ৭৫% ফাওবা মশাদা চংত্রে ।
 কবিগুস্তা মৈখু অদু থকচিনশ্রগনা নিকোটিন ৮৮% দগী ৯৮% ফাওবা
 চংশিনত্রে । মৈখু চিংশিন্দুনা থুনা কামথোক্লগদি ১০% তমক লৈহৌই,
 চুরুটতা যাওবিবা হকচাংদা চঙত্ৰবা নিকোটিন অসিনা হকচাংগী শিংলিশিং
 পঙথহল্লি । ঈ পুরিবা শিংলিশিং ফাজিল্লি, অদুদগী থম্মাই অদু থবক
 হেয়া শুহল্লি । নিকোতিনা ঈবু চিনিগী শরুক ওলহন্নবাবা মচাক অমা
 ওইহল্লকই । মদুগী ফলনা ঈশিং পুকচং লায়না লাকহল্লি ।

মৈখু থকপনা হকচাংদা কান্নববা পাঙ্গল পীরিবা হকচাংগী শরু
 চাং নাইনা লৈহল্লিবা অমদি অশোক-অপন থোকপদা থুনা
 তাইশিন্দুনা ফহনবদা অঙকপা মতেং পীবিবা বিতামিন সিঃ অদু ময়েং
 তাহল্লি ।

অসুম্বা নিকোটিন যাওবা মৈখু অদুনা হকচাংদা চংখিবা মতমদা
 চাকখাওবু কেঙ্গরগী লায়না পকহল্লি ।

চাকখাওদা চাফংপা অশিনবা কাবগী লায়নাদা মৈখু শিজিন্নবনা
 লায়েংবদসু ফগংপা ব্রাই ।

চা-কোফি

চুকট, বিরিগী মৈখুনা হকচাং মাঙহনবগুম্বা চা অমসুং কোফি
 থকপসু মদু মঙাই । চা অমদি কোফিদা যাওবিবা কেফাইন হায়ারবা
 পোংশক অসিসু নিকোটিনগুম্বা মীওইবগী হকচাং অসি মাং
 তাকহনবা ওম্বগী চপ চানা পাঙ্গল লৈবা পোংশকনি ।

চাংচং ওইনা চা নত্রগা কোফি কপ অমদা কেফাইন মকুপ
 মিলিগ্রাম অনীমথায় যাওই । চা-কোফিদা যাওবিবা কেফাইন অদুনা

হকচাংদা চংত্রগা শিংলিগী মথৌ শোহুহল্লি । মদুনা মরম ওইদুনা তুম্বা
যাদবগী লায়না, অমাঙবা যৈখংপা, কোক চিকপা য়াম্মা তোয়না
তৌগল্লি । কোফি অসিনা ব্লদ সুগরদা অশোকপা লাকহল্লি ।

চা অসি চা পাহীদগী অশংবা মনা হেঙ্কুগা শেম্বনি । মসি মগুন
অসি খনগৎলবা মনা মনাগী মতুং ইল্লি । চাদা কেফাইনদ নঙনা তনিক
এসিদসু য়াওই । কেফাইন অমসুং তনিক এসিদ অসি থেইন কৌবা
পোৎশক অমদা পুন্ন য়াওবনি । তনিক এসিদ অসিদি হকচাংদা
শিজিল্লবা পোৎশক অমা নত্তে ।

চা থকুবা শেম্বগী স্বাইদগী ফবা মওংদি চা মনাদা শৌববা
ঈশিং অদু হৈথরগা পাত্র অমদা লৌব অদুনি । অসুয়্যা চা শেম্ববদি
চাদা য়াওরিবা তনিক এসিদ অদুগী মওগ হহুহল্লি অদু নংত্রদুনা চা
পাত্রদু ঈশিংদা ব্রোং ব্রোং শৌবমথৈ লোল্লবা অমসুং মদু মতম শাংনা
থমলবদি তনিক এসিদকী চাং হেনগৎলকই । মসি অহাঙবা চকখাওদা
এসিদ কাহনদুনা শোকহল্লবা মচাক ওইহল্লি ।

চাদা নুংশি হীদাক অমসুং চম্প্রা খরদং শুর্মজিন্দুনা থক্লবদি
নুংশিং কাবা তুমহল্লি । চা অমদি কোফি অনীসিদা শগ্গোম অমসুং
চিনি থাকখিবসিনা কেফ্যাইন্না শোকহল্লক্লদবদুদগী খরদি হহুহল্লি ।

মথক্তা নৈনপ্রিবা খরা অসিদগা শল্পপ্লা খঙলিবদি চিনি, মৈখু,
চা, অমদি কোফি শিজিল্লবনা মীওইবগী হকচাংগী মথৌ কয়াদা
অকায়বা পীরক্তুনা মখল কয়গী লায়না হকচাংদা শম্দেরক্তুনা
মীওইবগী পুন্সি তেঙ্গিলহল্লি । মদুনা হকচাংবু অনাবদগী ডাংখোকুবা
অমদি অনাবা লৈরমলগসু ফহল্লগে হায়না হকী ঈশিং থক্তুনা

লায়েংলিবা ইবৈবাক মচাশিংনা যাবিবমথৈ মথক্তা পনস্ত্রিবা শিজিন্নবদা
কান্দ্রবা পোৎলমশিং অসি থিংগদবনি ।

নত্রবদি ঐখোযনা হকচাংদা হকী ঈশিংনা অসুকী মতিক কান্নবা
নীবোইবে হাযবগী চপ চাবা খুদম অদু খবা ব্রাংনা ফংগনি ।
অশেংবমক হকী ঈশিংদি অনাবা পুন্মমকী অমত্তা ওইববা হীদাক
ওইনা অমদি নাদ্রিবা মীওইশিংগীসু মমল নাইদ্রবা ঈশিং ওইবনা মসি
শিজিন্নবিঙেদা হুগী মশক ওইববা চিঞ্জাকশিংদি শোকউবগী অর্থ
লৈতবনি হাযনীংঙি ।

মু

যু সি, হকচাংগী কান্নবা মহী অমা নন্তে । মসিদি হকচাং
শোম্বহ্নববা নিংবা কায়হ্নবগী মচাক অর্মান । যুনা মী অমগী ব্রেন
(মথা) চলাযবিবা শিংলীশিংবু পঙথহল্লি; অদুনা মবম ওইদুনা ব্রাখল
অমসুং হকচাংগী থবক্তা শোকহল্লি । থুনা ব্রাখল খনবা ওমহন্দে,
মতম চঙহল্লি; মবম অদুনা গাডিলা চিংবগী এক্সিদ্দেস্ত হেনগংহল্লি । যু
অসুম থকচিল্লবদি ফিবাক্তা শোকহল্লি । অহৌবদা মীনা যুবু থকুমই ।
অদুদগী মতুংদগীদি যুনা মীদুবু থকচিনখিদুনা পুবা যুদা লুপ্পগা পাজ্বক
ওইবকই । মীওই অদু মীওই লালুপ চাদবা হাযবদু ওইহল্লকই পুন্ম
তেনশিনহল্লি ।

ঈশিং

ঈশিং অসিদি ইচম চম্বা হাইড্রোজেন অমসুং ওক্সিজেন অনীখক
যাওবা মহীনি । মী অমগী হকচাংগী শব্দকী চাদা ৭৫%দি ঈশিংনি ।
ঈশিংনা চীঞ্জাক তুমহ্নবদসু যান্না মক ওইবা খৌদাং লৌই । ঈশিংনা

হকচাংগী মৈশাগী চাং থম্বদা অচৌবা শব্বক যাই । হকচাংদগী ফত্তা
হাওদি পুথোক্লবদা অচৌবা মতেঙ ওই ।

ঈশিংসি হকচাংদা মকওই; অদুবু মসি যাম্মা কয়াম্মা থক্কদগে
হায়বদুদি খৌবাংবা অমসুং হকচাংগী তঙাইফদবা মতমগী মতুং ইল্লি ।
কনাগুম্বনা মশাদা ঈশিং দবকাব ওইবগী চাংদগী রাংলে, হায়বা
খঙবা ওমগদবসি মহাক্লা হক্কী ঈশিং চংলকপা মতমদা মচু ওল্লজুনা
লাকপা যাবগী চাংদগী যাম্মা লিক্লা লাক্লবা অদুদসুনি । মতম অদুদা
ঈশিং খবা যাম্মা থকপা তাবনি ।

ঈশিং থকপা মতমদা চাক চাগদবা মমাং অমসুং মতুং পুংখায়
অমগী মতম কান্নহনগনি । চাক চাবা মতমদা যান্নবদা ঈশিং গ্লাস
অমবোম থক্কনি । ঈশিং যাম্মা থকচিল্লবাদি চাবা তুমহনদনা মচাক
ওইহল্লি । ঈশিং থকপা মতমদা উন্দৌনা ঈংলবা ঈশিংদি থক্কৌইদবনি ।
মসিনা চকখাওবু তহুহল্লি, মথৌ তৌনিংদে । যাম্মা শাবা ঈশিং
থকপসু অইংবা থকপগা পাঙখক ওই, মসিনা চাকখাও শাওগংহন্দনা
মাঙ তাকনিংঙাই ওইহল্লি ।

ঈশিং থকপা মতমদা লুথোকলগা থকপনা হেন্না ফৈ । মবমদি
ঐখোয়না ফঙলিবা ঈশিং অসিদি নিংথিনা মহীক মতাঙ শিববান হায়বা
ওমদে ।

পুস্ত্র, তুবেল অমসুং তেঙ্কিনাচিংবদা ভংশিন্দুনা থম্ববা ঈশিংদা,
লৈবাক্তা, থমলিবা ঈশিংদা লৈবাক্তা, ঈশিং পুর্বাক্তা পাইপনচিংবদগী
ফত্তবা মচাকশিং ঈশিংনা চুপশিন্দুনা শেংহন্দে । মবম অদ্না ঈশিংব
শেংদোক্লগা (দিসতিল) তৌবগা থক্কবাদি হেন্না ফৈ । কনাগুম্বা খোং
হান্না যৈখংপা উবংনাচিংবা থুংলবা নত্রগা ঈশিং যাকম হৌদুনা

মপান-ঈপান থোকপদা হকী ঈশিং লিক্কা চংলবদি নোঙমদা ঈশিং
গ্লাস ১০ বোম থক্কাবনি ।

কোকা কোলা

কোকা কোলা মহী অসিদসু কেফ্যাইন অমসুং ফোসফরিক
এসিদ যাওই । কেফ্যাইন, ফোসফরিক এসিদ, চিনি, মচু শঙনবা
অমসুং মহাও লৈনবা হাপুবা মচাকশিং অসিনা য়াগী লায়না নানবা
লোয়ননা গ্যাস পোকহন্দুনা চাকখাওদা গ্যাসতিক অলসর লাকহন্দুনা
নুঙাইহন্দে ।

লোইরবা ।



হক্কী, সশিখনা লায়েংবা

হক্কী জমিদারী লায়েন্‌বান্দ হক্কী জমিদারী থব পা, হক্কী জমিদারী গা জমিদারী থব পা চবা
হেনবা, টেবা (নাইবা) অমসুং থোদগী পণ্যগা লায়না খুদিমকপু লায়েন্‌ অমদনা
ফহমবা চঙশিনাবা অসিওনি। লায়েন্‌ সি ১২ম চখনি। মহৌশাণী লায়েন্‌
(নোচব কিউয়েল) শকক অমনি লোনবিবা লায়েন্‌ অখনি। লায়েন্‌ অমনি উনি
লোনবিবা অমনি নব অমনি অশোয়াশিগা পণ্য পুখথখগা মমল লায়না হাল ওল্লখুনা
পাখাশি বনবা মউ ফহদনা মপু মবে ফহহি। অসুনা কবিবু কামকবাবো, কামকবাবো
হক্কীদগী (১২) অমনি হক্কী জমিদারী হক্কী জমিদারী হক্কী জমিদারী হক্কী জমিদারী
হক্কী জমিদারী অমসুং খুদিমকপু লায়েন্‌, প্রোভিন্সিওনাল অমনি হক্কী জমিদারী হক্কী জমিদারী
অমনি লায়েন্‌ অমনি লায়েন্‌ অমনি লায়েন্‌ অমনি লায়েন্‌ অমনি লায়েন্‌ অমনি লায়েন্‌
হক্কী জমিদারী অমনি লায়েন্‌ অমনি লায়েন্‌ অমনি লায়েন্‌ অমনি লায়েন্‌ অমনি লায়েন্‌
হক্কী জমিদারী অমনি লায়েন্‌ অমনি লায়েন্‌ অমনি লায়েন্‌ অমনি লায়েন্‌ অমনি লায়েন্‌
হক্কী জমিদারী অমনি লায়েন্‌ অমনি লায়েন্‌ অমনি লায়েন্‌ অমনি লায়েন্‌ অমনি লায়েন্‌
হক্কী জমিদারী অমনি লায়েন্‌ অমনি লায়েন্‌ অমনি লায়েন্‌ অমনি লায়েন্‌ অমনি লায়েন্‌

[illegible]

পার্বসর